ा जातिथ निर्देशक शब् हिंदी कार्य क

পত্ৰান্ধ	প্রদানের তারিখ	পত্ৰাঙ্ক	প্রদানের তারিখ	পত্ৰাস্ক
UZ	12/8	1.0	28/5	
519	15/10	#	22	- NO
5 th 844	8/4	780	28/6	
458	21/2	668	3000	
1546	14/11/9	CLX	2018/01	
y C	1-4100	1247	14/2	
	i	, -		
	1			

সচিত্র শরীরগতি শিক্ত

অধ্যাত্ম যোগশাস্ত্র।

আর্য্যচিত্রালযের অধ্যক্ষ

প্রীচণ্ডীচরণ ঘোষ

কৰ্ছ প্ৰণীত ও প্ৰকাশিত। ৩৮ নং সিমলা খ্ৰীট

কলিকাতা।

৬/২ বং জোড়াপাঁকো, পাৰ্ম্বতীচরণ বাবের চেন, "কলিকাতা প্ৰিণ্টিং ওয়াৰ্কস্" যৱে শ্ৰীচণ্ডীচরণ দাস দ্বারা মুদ্রিও ,

----: হৈতভাৰ ৪০৫ :-----

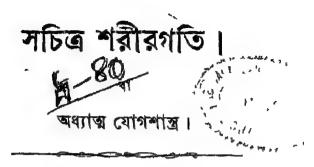
All Rights Reserved.

1/2/M H-80,000

বিজ্ঞাপন। '79,570 ১১১৮৮

প্রায় ছই বংসৰ হইল, মংকর্তক সচিত্র মানবলীলা নামধ্যে একথানি পুন্তক প্রকাশিত হয়। তাহাতে গর্মন্ত মানব গত্ত মধ্যে দশমাস দশ অবস্থায় কিভাবে অবস্থিতি কৰে, তাহাৰ দশখানি স্থবঞ্জিত পুথক পুথক চিত্ৰ এক ভূমিষ্ঠ হইবা অব্বি বাদ্ধকাকালে জ্বাগ্রন্থ হওত মনুস্য মৃত্যুপয়স্ত শৈশবাদি দশ দশাব যে ভাবে সংসাবযাকা নিৰ্মাহ কৰে, তাহাবও দশখানি স্থবঞ্জিত চিত্ৰ সহিত मल्यामित्राव ममत्राशित्राणी मज्यामा ७ वावश्रावाण প্রকটিত হইবাছে। মৃত্যুব প্রবণ্ড সাধু ব্যোকের স্বর্জে গমন এবং পাপীৰ ঘমালৰে নবক বৰণাভোগাদিৰ ও ক্ষেক খানি চিত্র ঐ পৃন্তকে সন্নিবিষ্ট আছে। সেই সচিত্র মানবলীলা পুত্তক পাঠ কবিষা আত্মতবদশী সাধু मह्मान एवता अञास महुष्टे हरे यो हिन थातः जनार्या अस्तरक আমাকে আণীর্ব্বাদ ও উৎসাহ দান কবিষাছেন। আমি मिर्च माधु महाज्ञांगराव अनल छैरमाह ७ जानीसीम वरन वेनीयान इट्रेना छै।शासन शामशता वन्तन। कृतिया शूर्च

প্রতিজ্ঞান্তসাবে অধুনা সচিত্র শ্বীবগতি বা অধ্যাত্ম-যোগ শাস্ত্র নামে এই ক্ষুদ্র পুস্তক থানি প্রকাশ কবিলাম। এতৎপাঠে যদি এক ব্যক্তিবও সান্ত্রিক-বতি উপস্থিত হা, তাহা হইলেই আমাব পবিশ্রম সফল হইবে। পবি-শেবে গুণগ্রাহী অদোষদর্শী সজ্জনগণ সন্নিধানে বিনীত ভাবে প্রার্থনা কবিতেছি, তাঁহাবা কুপাপুর্কক দাসেব এ ধুইতা ও অবশৃস্তাবী দোষবাশি মার্জনা কবিবেন।



প্রথম অধ্যায়।

আধুনিক মহুব্য সকল সকল বিষয়েই হুর্বল, হুতরাং তাঁহাদেব সাধ্যায়ত্ত কলিয়ুগোপযোগী যোগ সাধন প্রণালী এই পুস্তকে বিহুত হইল। Compass অর্থাৎ দিন্তনিক-পণ যন্ত্র যেদিকে ঘুবাইয়া কিরাইয়া দেওয়া যাউক না কেন, তাহাৰ কাঁটা যেমন চৌমকাকর্ষণ প্রভাবে অনববত উত্তব দিকেই অবস্থিতি কবে, তজ্ঞপ গৃহস্থ মহুষ্য যত কেন হুঃথ ছর্বিপাকে নিপতিত হউন না, তাঁহার চিন্ত বিক্ষিপ্ত না হইয়া নিবন্তব ভগবৎ পাদপদ্মে স্থিব থাকিলেই তিনি সিজ্বোগী হইতে পাবেন, তাহার আব সকলেই নাই। যোগ সিদ্ধি হইলে মহুবোব অসাধ্য আব বিড়ই থাকে না। তথ্য তিনি সিশ্বরের সমকক্ষতা লাভে স্বর্থ হন। এই

অদ্বত কার্যা সাধনে অবিচলিত অধাবসায়, অনেক কষ্ট পবিশ্রম, দৃঢ প্রতিজ্ঞ, অপতিত নিষম ও বহু ত্যাগ স্বীকাব কনা নিতান্ত আবশ্যক। ফলতঃ যোগ সাধনে এত যে কষ্ট ও মহা ছক্ছ ব্যাপাব , কিন্তু তাহা অল্লে অভ্যাস কবিতে পাবিলে অৱকাল পবেই অতি আনন্ধনক সহছ কার্য্য বলিষা অমুভূত হয়। সাধিতে সাধিতেই সাবকেব অহত ক্ষমতা প্রকাশ পাইতে থাকে। সাধক ক্রমশই ঈশ্ববেৰ অনুগ্ৰহ লাভে আপ্যাদিত হইতে গাবেন। তাহা না ইইলে এই মহা কট্টকৰ কাৰ্য্যে কোন কালে কেহই ব্যাপত হইতেন না। যোগীৰ কাছে উন্নিয় সুথ ও ইয়াৰ পদ অতি ভৃছেৰব বলিগা প্রতীয়মান হয়, কেন না তৎ সমস্তই নুখব। সিদ্ধানী ইন্দ্র অপেকা উচ্চপদস্থ না হইলে যোগীব যোগ সাধন কালে অপ্সবাদি প্রেবণ দাবা ইন্দ্র পদে शरम विद्यारशामन करनन कान १ जामाशिव माकार ता মসাক্ষাং সম্বন্ধে সল্পিকিডাবে পুৰন্দৰ যোগীদেৰ বিত্ন জন্মইতেছেন। কলিব জীব আমবা তাহা কিছু কিছু অনুভব কৰিতে পাৰি বটে, কৈন্তু পাপ-চক্ষে

প্রত্যক্ষ কবিতে পাবি না। দেবাধিপতি বলাবাতি দিবা প্রবৃদ্ধ প্রেক্ত যোগীব যোগ, তপন্থীৰ তপন্থা এবং বাজাদিগেব যজ্ঞ ধ্বংস কবিবাব জন্ত যথোচিত চেপ্লা কবিষা থাকেন। সগব বাজাব যাই সহল্র পত্র সহ প্রাক্ষেব যত্নেই ভগবান কপিল মুনিব কোপানলে ভন্মীভূত হইবাছিলেন। বে সকল যোগী ভক্তিযোগ প্রভাবে সম্পূর্ণকপে আমির বিহীন হইনা সর্বতোভাবে ভগবান অচ্যুতেব পাদপদ্ম আশ্রম কবিবাছেন, ইক্র তাহাদেব কিছুই ক্ষতি কবিতে পাবেন না।

নচ্যবন্তেতি যদ্ধক্তা। মহন্ত্যাং প্রলবাপদি। অতোহচ্যুতহথিলে লোকে সএব সর্বগৎব্যয়ঃ॥

মর্থাৎ অচ্যতের ভক্রনোকেবা মহা মহা প্রবাহত নষ্ট হন না। স্কুত্বাং অনন্তজীবী অচ্যত ভক্তগণ স্বল্ল কালস্থাবী ইক্রম্ব ও ব্রহ্মম্ব তুক্ত জ্ঞান কবিবা গাবেন। এবং আপনাকেও তুণ হইতে হীন জ্ঞান কবেন, প্রমন কি ঠাহাবা আপনাদেব।।স্ত্রা পর্যান্ত বিশ্বত হওত যেন ভগবং পাদপত্মেই লীন হইবা থাকেন। বাহা হউক যোগী সম্পূর্ণকর্গে আয়েগোপন করিবেন, এমন কি আহাতেব ভক্তবৃদ্ধে ভাষ তাঁহারা আপনাদেব সত্তা পর্যান্ত বিশ্বত হইতে সতত যত্নবান হইবেন। আব নিয়ত আপনাকে দীন হীন ভূণাপেক্ষা নীচ জ্ঞান করিবেন।

> ভূণাদপি স্থনীচেন তবোবিব সহিষ্ণুন। অমানিনা মানদেন কীর্ত্তনীয়া সদা হবিঃ॥

অথিৎ তৃণ হইতেও নীচ এবং বৃক্ষ হইতেও সহিষ্ণু হইয়া অমানী-ব্যক্তিবও মর্যাদা বক্ষা পূর্বক সর্বদা হবি ভজন করিবেন। কলতঃ আত্মপ্রাদা, সৌন্দর্য্য ও প্রতিষ্ঠাই যোগীর বিনষ্টেব কাবণ হইযা উঠে। যেমন মৃগনাভিব স্থগন্ধ আত্রাণ পূর্বক ব্যাধগণ মৃগ অন্বেষণ কবত তাহাকে সংহার কবিষা থাকে, তেমনি যোগীব আত্মপ্রাদা ও যোগজনিত সৌন্দর্য্য এবং প্রতিষ্ঠা প্রকাশ পাইলেই, অনেকে এমন কি বহুতব রূপবতী স্ত্রীলোক ও ধনবান মহন্য পর্যন্ত ভাঁহাব নিকট গমন পূর্বক অনবত ভাঁহার তাব স্থাতি কবত আপন আপন অভিলব্ধিত বব প্রার্থনা কবিতে থাকে। ধনি লোকে ভাঁহাকে উত্তম উত্তম ভক্ষ্য ও ধন এবং রূপদীরা ভাঁহাকে রূপ যৌবন

পর্যান্ত দান কবিতে কুন্তিত হন্ন না। এইরূপে সেই
যোগী মহন্য সকলেব ন্তবে ছাই, হুথে পুই এবং নানা
প্রবোভন ও অঙ্গনাগণেব বাপে আরুই হইরা অচিবে
ভাই ও নই ইইরা থাকেন। এই কাবণেই অনেক
সিদ্ধযোগী ভন্মাচ্ছাদিত বহিন স্থায় অবস্থান বা
বিচৰণ করেন, পাছে কেহ তাঁহাদিগকে চিনিতে পাবে,
এই আশস্কায় তাহাবা দীনহীন কাঙ্গালিব স্থায়
মলিন ও বাতুল-বেশে ভ্রমণ কবিতে থাকেন। তাঁহাবা
কাহাব দ্বাবা অপমানিত বা প্রহারিত হইয়া কট হন না
এবং আদৃত ইইমা তুইও হন না। তাঁহাবা বাহ্জান ও সর্ব্ব
বিদ্ন পরিশ্ন্ত হওত অন্তব মধ্যে নিষ্ত জ্ঞান ও ভব্বিক
যোগে পূর্ণ হইয়া আ্মানন্দেই পবিভ্গু থাকেন।

পাঠক! আইস আমবা, একবাব জ্ঞান ও ভক্তি যোগ সহকাবে নিষম পূর্বাক উব্জ যোগ সাধনে চেষ্টা পাই, কিন্তু কথা এই—এ বিষয়ে হস্তক্ষেপ কবিলে আর কোন বাধা বিদ্ন দ্বাবা কোন ক্রমেই প্রায়ু্থ হইব না, এইকপ অনজ্বনীয় প্রতিজ্ঞা-পাশে দৃচত্ব রূপে বন্ধ হইয়া যোগ সাধন কার্যো প্রবৃত্ত হইতে হইবে। সে কালের

लाकरमन ग्राय এখন आव हो शूलांमि शतिवान, चन धान, বিষয় ব্যাপাব এবং ধন জন পবিত্যাগ পুরঃদ্ব স্থাসাশ্রম অবলম্বন কবত ঘনে ঘরে ভিক্ষা কবিয়া যোগ সাধন কবিবাব আবশ্রকতা নাই। গৃহস্থ জনোচিত ব্রহ্মচর্যা অবলম্বন পূৰ্ব্বক দান্ত্ৰিক আহাব ও শৌচাদি পবিল আচাবে মন সংযম করত সাধন কবিলেই সিদ্ধি লাভ হইবে সন্দেহ নাই। কিন্তু ঈশ্বব দর্শনকাবী সিদ্ধযোগী সলাক্ব নিকট শিক্ষা ও উপদেশ লাভ ব্যতিত কোন ক্রমেই কাণ্য সিদ্ধি হইবেনা। পুর্প্ধাক্ত সলাক্তর অভাবে অন্ত কোন সামান্ত গুৰু অথবা পুত্তক অবন্ধনে যোগ সাধনে অভীষ্ট সিদ্ধি দরে থাক অনেক অনিষ্ট ঘটিয়া থাকে। অন্ধ কি কখন অন্ত অন্ত পথ প্রদর্শন কবিতে পাবে ? তদ্যপ অন্ধ স্বৰূপ সামাজ গুৰু অথবা পুস্তক অবলম্বনে যোগাদি সাধনে প্রশ্নাস পাওয়া ঘোবতব মুর্থতার কার্য্য তাহাব আব সন্দেহ নাই। তবে নিম্পট যে ভক্তিমান মমুষ্য ঈশ্বৰ লাভে নিতান্ত লোলুপ, তিনি ষদি একান্ত ব্যাক্লাম্ভ:কবণে আপাততঃ অন্ত কোন সামান্ত গুৰু বা পুস্তকাদি অবলম্বনে যোগ সাধনে

প্রবৃত্ত হযেন, তাহা হুইলে কালে তিনি গ্রুবের ন্যায সদাক লাভে কৃতার্থ হইতে পানেন। কিন্তু সম্প্রতি তাহাকে একশ্রোব নাায় গুরু সাধন করিতে হইবে। একলব্য শস্ত্র বিদ্যা শিক্ষ। কবিবাব কাবণ দ্রোণাচার্য্যব নিকট গমন কবিবাছিলেন। দ্রোণ গুরু একলব্যকে হীন জাতি বলিধা শিষ্যত্বে গ্রহণ কবেন নাই। ভাহাতে একলবা আপন অভীষ্ট সাধনে বিবত না হইয়া নিৰ্জন বনে দ্রোণাচার্ব্যেব এক প্রতিমূর্ত্তি নির্মাণ কবত সেই প্রতিমৃত্তিকে শুরু জ্ঞান কবিষা স্থিব বিশ্বাদেব সহিত তথায় ধ্মুবিদ্যা শিক্ষা ক্বিতে আবস্ত ক্বেন। বলা বাহুল্য যে, বিশ্বাস, ভক্তি, দত-অধ্যবসায় ও একান্ত ব্যাকুলতাৰ ভাগে একলবা শস্ত্ৰ বিদ্যাৰ বিশেষ ব্যুৎপত্তি লাভ কবিয়াছিলেন।

অধুনা যে সকল সনল চিত্ত ব্যক্তি অধ্যাত্মবোগ বা ভক্তিযোগ সাধনে নিতান্ত ব্যাকুলমনা আছেন, যত দিন পর্যান্ত তাঁহারা সদস্কর দর্শন লাভে বঞ্চিত থাকেন, তত দিন পর্যান্ত তাঁহারা নিক্ষা না থাকিষা বাত দিনের কর্তা, সহস্র-করে সকল প্রাণিব আন জ্বদাতা, সর্কান্তর্যামি, দর্ম প্রকাশ, অজ্ঞানায়কাব ও পাপ নাশক, জ্যোতির্ম্মর পবএয় ভগবান ভায়বকে সাক্ষাৎ দিবাগুক ও ফলদাতা কয়তক জানিষা সবল বিশ্বাস ও নিম্পট ভক্তিব সহিত তাহাকে আত্ম সমর্পণ পূর্মক যোগ সাধনে প্রবৃত্ত হইতে পাবেন, তাহা হইলে অলক্ষিত ভাবে সেই পবমগুক পবমাস্থা স্থাদেবই তাহাব অভ্তমে বার্ম্ম কবিতে থাকেন। উপনিষৎ অনুসাবে সাধক সবিতা দেবতাব নিকট নিয় লিখিত মত নিত্য প্রার্থনা কবিবা অর্থ্য দানাদি দ্বাবা কাম মনোবাকো তাহাব পূজা কবিবেন।

"হিবন্ধবেন পাত্রেণ সভান্তাপিহিতং মুধং।
তত্তপুষর পাবৃণ সভা ধর্মায় দৃষ্টবে॥
পূষরে কর্ষে যম ক্র্যা প্রাজাপতা ব্যুহবিশ্মন্ সমূহ।
তেজায়র্তে কপঞ্চল্যাণ ভমস্তত্তে পশ্রামি
যোহসাবসো পুক্ষঃ সোহহম্মি॥"

অৰ্থাৎ হে ভগবন্ ভাস্কৰ। আপনকাৰ জ্যোতিৰ্দ্মৰ পাত্ৰ দ্বাবা সত্য স্বৰূপ প্ৰৱন্ধেৰ দ্বাৰ আৰুত বহিষাছে। আমি সেই সত্য স্বৰূপ প্ৰৱন্ধেৰ তত্ত্বাহুসন্ধান কৰিতেছি। আপনি আমাৰ দুৰ্শনাৰ্থে সেই দ্বাৰ উদ্বাটিত কৰিবা দিউন। হে দিবাকর। আপনি প্রজাপতির সন্তান, আপনি
একমাত্র গতি ও সংযম নিযমেব নিয়ন্তা। আপনকার
প্রথব কর নিকর সম্ববণ ও একত্র সংযত করুন। আমি
আপনকাব প্রসাদে প্রম প্রথমের স্থযা মোহন মূর্ত্তি
সন্দর্শন কবি। ত্রন্ধপুরুষ ষেরপে আপনাব অন্তর্মভূতিী
আছেন, তিনি সেইকপে আমাদিরেবও অন্তবস্থ হউন।

এইবণে যোগাত্যাস কবিতে করিতে সাধকেব মন
নির্মাল হইযা আসিলে সদার্ক রূপী হরি নিজে সাধকের
নিকট উপস্থিত হইয়া তাঁহাকে সিদ্ধমন্ত প্রদান করেন।
সদার্ক কর্তৃক সিদ্ধমন্ত প্রাপ্তা না হইলে সাধক কথনই
সিদ্ধি লাভে সমর্থ হন না। তাঁহাব সমস্ত পরিপ্রম ও
চেষ্টা বিকলীকৃত হয়। এ নিমিত্ত বাগ, খেব, কাম ও
হিংসাদি বিবর্জিত নিরভিমানযুক্ত পবিত্র চিত্তে সর্বাদা
সতর্কতাব সহিত যোগ সাধন করা নিতান্ত কর্ত্তব্য।
অস্তঃকরণ সর্বাদা স্বচ্ছ রাথিতে চেষ্টা করা যোগীর
আবশ্রক। স্বচ্ছ অস্তঃকরণ বিশিষ্ট যোগী শীঘ্র সিদ্ধি
লাভে সমর্থ হরেন। তাঁহারই সেই নির্মাল স্কদ্বে

কাচ ও জলাদি স্বচ্ছ পদার্থে যেমন সুর্য্যের প্রতিমন্তি স্বতঃই প্রতিফলিত হয়, তজাপ পবিত্র ও স্বচ্ছ অস্তঃক্রণ বিশিষ্ট যোগীন হৃদ্ধে ভগবানেৰ প্ৰতিবিম্ব আপনা হইতেই প্রকাশ পায। নির্মান জন্ম যোগীর মানস সরোবরে পৰমাখা অতি প্ৰীতি সহকাবে হংসেন স্থায় বিচনণ কৰিয়া থাকেন। যোগ অর্থাৎ ঈশ্ববেব সহিত একীভূত হওষা। সদগ্ৰুক কৰ্তৃক দিধ্যন্ত প্ৰাপ্ত হইষা নিৰ্ম পূৰ্বক অনন্য মনে ভগবানকে ধানি কবিতে কবিতে যোগী অন্তে ঈশ্ববেব দাৰণ্য ও সেই সঙ্গে সঙ্গে ঠাঁহাৰ ন্যায় ওণ ও জন্মভাদি লাভ কবিনাথাকেন। এত লাভ না থাকিনে লোকে যথা সর্বাস্থ ও স্থা সাভোগ পবিত্যাগ পূর্বাক ধন জন ও পুত্র কলত্রাদিধ মাধা বিস্ঞান দিশা জন্মে জন্মে জ্ঞাজীবন অনশনে বনে বনে প্রশানে মশানে গিনি দবি সবিং সাগ্র এবং তীর্যাদি স্থানে তুঃদহ কষ্ট ভাব বহন কবিশা ভ্রমণ কবিবে কেন গ

"যং যং বাপি শ্বৰণ ভাবং ত্যঙ্গত্যন্তে কলেবন॰ তংতনেবৈতি কোন্তেষ ! সদা তদাব ভাবিতং॥ শ্ৰীকৃষ্ণ অৰ্জুনকে বনিবাছেন, বে, হে পাৰ্থ। যে ব্যক্তি যে ভাব ভাবিতে ভাবিতে দেহ ভ্যাগ কবেন, তিনি সেই ভাব প্রাপ্ত হইষা থাকেন। সত্তএব ভগবানকে ভাবিতে ভাবিতে কলেবৰ পবিত্যাগ কবিয়া যোগিগণ যে ভগবানেব স্বৰূপ প্রাপ্ত হন, তাহাব স্থাব সন্দেহ নাই।

ভ্ৰম্য কীট অৰ্থাৎ কাচপোকা তৈলপাৰিকানামক ৰীটকে দংশন কবিলে তৈলপাণিক। যেমন অনন্য মনে ভ্ৰমৰ কীটকে ভাবিতে ভাবিতে ভ্ৰমৰ কীটেবই স্বৰূপত্ব প্ৰাপ্ত হইয়া থাকে, তজ্ঞপ সদগুৰু ৰূপে হবি, সাধককে মন্ত্রপুত কবিলে, সাধক একাগ্রচিত্তে সেই মন্ত্র জ্বপ এব হবিকে ভাবিতে ভাবিতে পরিণামে হরিবই স্বৰূপ হযেন। তবে যে দেহ ধাৰণ কবিষা জীব যোগবলে केश्वरक माछ कतिरव वर्थाए रा एएश्वरात जगवान পূর্ণরূপে আনির্ভূত হইবেন, সেই দেহ ঈশ্ব বাদেব উপযুক্ত ও পবিপক হইবায আবশুক হইবে। প্রথম যোগীৰ কাচাদেহকে অভ্যানবোগে ক্ৰমে ক্ৰমে পাকা কবিষা লইতে হইবে। অৰ্থাৎ আৰম্ভক হইলে যোগীকে শীত, গ্রীষ্ম, শিশিব, বর্ষা, ছংখ, দারিজ,

অনশন ও নিবাশ্রয় রূপ ক'ষ্ট স্কল সহা কবিতে হইবে। একেবাবে মিখাাকথা পবিত্যাগ কবিয়া সতাবাদী ও জিতেন্ত্রিয় হইতে হইবে। নতুবা তিনি যোগ সাধনেব অধিকারী হইতে পাবিবেন না। যেমন, অল্লপক মুৎপাত্র অগ্নিব উত্তাপে ভগ্ন হইয়া যায়, তেমনি অপক বা অৱপক জনগণ যোগ সাধনে প্রবৃত্ত হইলে ঈশ্ববেব তেজ থাবণে অসমর্থ হইরা কেহ কেহ কুটা, কেহ কেহ পক্ষাথাতী, কেহ কেহ বাতুল এবং কেহ কেহ বা কালকবলিত হন। একারণ যোগ্য পাত্রই সদগুৰু কর্তৃক সিদ্ধমন্ত্র প্রাপ্ত হইয়া থাকেন। অতএব বাঁহার অধ্যাত্ম-যোগ বা ভক্তিযোগাদি যে কোন যোগসাধনে অভিলাব হইবে, তিনি হঠাৎ যোগসাধনে প্রবুত্ত না হইয়া পূর্ব্ব হইতেই সংসঙ্গ বা গ্ৰন্থাদি পাঠে ক্ৰমে ক্ৰমে অভ্যাস কবত निक माय मकन मः भाषन शूर्वक यात्रां भाषा भाष হইতে চেষ্টা করিবেন। তাবপৰ ব্যাগ্রতার সহিত সং-শুকুর অন্নেষণ করিলেগ্বাঞ্চাকল্লতক ভগবান তাঁহার বাদনা পূর্ণ করিবেন। "যাদৃশী ভাবনা ষম্ভ সিদ্ধির্ভবতি তাদৃশী।"

দ্বিতীয় অধ্যায়।

त्मर ७ व्याचा এই व्हें मः त्यां कि वित शृष्टि इय। এই পৃথিবীত্থ জীববৃদ্দেব মধ্যে মহ্ধ্যই উৎক্ষণ্ট। মন্ত্ৰ্পা-গণেব মধ্যে আবাৰ বাঁহারা বেদবিদ্ ও ব্রহ্মনিষ্ঠ, তাঁহাবা ব্ৰাহ্মণ নামে অভিহিত হইণা সৰ্ক্ত্ৰেষ্ঠ হইণাছেন। ব্ৰাহ্মণ-দেহই ভগবানেব শবীব। এই জন্মই শান্তকাবেনা ত্রান্ধণেব সহিত ভগবানেৰ অভেদম্ব থীকাৰ কৰেন। ত্ৰাহ্মণকে প্রণাম কবিলে নারাযণকেই প্রণাম কবা হয়। ত্রাহ্মণকে স্থ্ৰ কবিলে হবিবই উপাসনা হয়। ব্ৰাহ্মণেৰ পূজা ক্বিলে ভগণানেৰ আৱাধনা ক্বা হয়। ব্ৰাক্ষণেৰ সেৰা ক্রিলে বাস্থ্যেবেবই সেবা কবা হয়। ব্রাক্ষণ-ভোজন কবাইলে সেই প্ৰব্ৰশ্বকেই ভোজন ক্ৰান হয়। ब्राक्तात्व शामापक शाम कवित्न, नावायत्वव চवगीम्छ পান করা হয়। গ্রাহ্মণের উচ্ছিষ্ট ভক্ষণ কবিলে ভগবানেব প্রসাদ ভোজন করা হয়। স্থতবাং ব্রাহ্মণকে দর্শন করিলে সাক্ষাৎ ভগবানকেই দর্শন কবা যায়। অতএব ভক্তি পূর্মক आक्रांग्व अम रमवा ७ वीखनामि चात्रा छाँशामित पूष्टि मन्ना- দন কৰা মানব নামধাৰী জীবেৰ অবশ্য কৰ্ত্তৰ্যা, তাহার আব সন্দেহ নাই। ধর্ম শাস্ত্রে কেবল ব্রাহ্মণের সেবা কবিতেই শুদ্রাদিব প্রতি ভূরো ভূরো উপদেশ প্রদন্ত হইরাছে। সম্ভা পবে কা কথা। স্ববং নারায়ণ উক্তর্মপে সেবা কবিষা ব্রাহ্মণের মর্য্যাদা বক্ষা কবিষাছেন। ভৃগু মুনি পরীক্ষা-ছলে ভগবানের বক্ষস্থলে পদাবাত কবিষাছিলেন। নাবা-য়ণ ব্রাহ্মণেব সেই পাদ প্রহারে আপনারে ভাগ্যবান জ্ঞান কবিয়া ভৃগু-পাদপদ্ম চিক্ অলঙ্কাব স্বৰূপ বক্ষে ধাব্ণ কবিষা আছেন।

কে বলে ঈশ্বৰ শ্বতন্ত্ৰ ও কেবল তিনিই শ্বাধীন ?

না, না, ভগবান ভক্তাধীন। ভক্তিবশে তিনি সকলই

কবিযা থাকেন। ভক্তেব হৃদ্ধে ভগবান নিবস্তব

অবস্থান কবেন বলিয়াই ত্ৰাহ্মণাদি ভক্তগণ ভগবানেব

ভাগ পূজা হইনাছেন। নীচ স্বাতীয় লোকেও নাবাগণ
পরায়ণ হইলে, ত্রাহ্মণেব তুল্য ভক্তিভাজন ও পূজ্য

হইয়া থাকেন।

ধেমন জ্বলাদি জগতের যাবতীর পদার্থেই অগ্নির সন্ত্রা অলক্ষিত রূপে বিদ্যমান আছে, তেমনি চৈতত্ত- ৰূপে ভগবান বিষ্ণু সমস্ত বিশ্ব ব্যাপিষাই বিবাজমান বহিয়াছেন। কিন্তু সকলের পক্ষে বা চক্ষে দুগুমান নহেন। যেমন সমস্ত ছুগ্নেই দ্বুত ব্যাপ্ত আছে, কিছু নানা প্ৰকাব ক্ৰিয়া দাবা হুদ্ধ হইতে দ্বত নিৰ্গত কবিষা না লইলে আব কেহ তাহা উপভোগ কবিতে পাবে না , তেমনি সর্কাষটে ভগবান অধিষ্ঠান কবিলেও তপভাদি যোগ সাধন ব্যতিত তাঁহাকে আৰ কোন প্রকাবেই প্রাপ্ত হওয়া যায না।

যেমন জল, দৰ্পণ, কাচ ও ক্ষটিকাদি স্বচ্ছপদাৰ্থে সূৰ্য্যবিশ্ব প্ৰতিফলিত হয়, তেমনি মানবগণেব নিৰ্ম্মণ হৃদ্যাকাশে ভগবান কাষ্ব্যহরপে স্বয়ং প্রকাশমান হুইঘা থাকেন।

তপ যোগ সাধনাদি দ্বাবা ব্রাহ্মণেবা পবিত্র ও নিৰ্মাল চিত্ত হওয়াতে ঈশ্ববেব সহিত একীভূত হইয়া-স্ততবাং ত্রাহ্মণগণের স্বচ্ছ-অন্তঃকরণে ঈশ্বর বিশেষকপে প্রতিভাত বহিয়াছেন। এই জন্মই ব্রাহ্মণ গণ ঈশ্বব স্বৰূপ হইয়া পূজিত হইতেছেন।

মৎ সদৃশ নরাধমগণের পাপ কল্ষিত সমল অন্তঃকবণে

ঈশবেব প্রতিবিশ্ব প্রতিফলিত হওয়া দূবে থাক্, ঈশবেব সন্থাই অনুভূত হয় না। স্থাতবাং সচবাচন প্রত্যাকীভূত ঈশ্বর শ্বরূপ প্রম দ্যালু ব্রাহ্মণগণকে ভক্তিপূর্বক দেবা পূজা করা ভিন্ন এ ন্বাধ্যের ভাষ পাপীদের আব গতাগুর নাই।

হিন্দুধর্ম ঘোষণা কবিতেছেন বে, ভগবান হবি বাহ্মণরূপ ধানণ কনিষা ভাবত-ভূমে বিচরণ কবিতে ছেন। ভাগ্যবান পুণ্যাত্মা ব্যক্তিগণই দেই ব্যহ্মণক্পী গবিকে চিনিতে পরিয়া ভক্তিযোগে ব্যহ্মণদিগকে পুজা ও প্রাণামাদি কবত চ্স্তাব সংসাব সাগব পার হইযা গাকেন।

বিন ববং কথন কথন জীপ হইবা বার। কিন্তু ব্রহ্মস্ব প্রত্য নিরিয়া কেই কথনই ভোগ কবিতে পাবে নাই। যে ব্যক্তি ব্রাহ্মণের সহিত অসদ্যবহার কবে, কি ব্রাহ্মণের কোপে পতিত হর, ভাহার কোন কালেই আব নিতার নাই। অতএব সর্বাদা সভব ও ভক্তি ভারাবনত অস্তঃকরণে সার্ধান সহকারে ব্রাহ্মণের সহিত সংব্যবহার ক্রিবে। স্ত্রীলোকেব পক্ষে স্থামী এবং পুক্ষেব পক্ষে পিডা মাতা সাক্ষাৎ দেবতা এবং ঈশ্ববেব প্রতিনিধি স্থক্প। অতএব তীর্থ-সেবা বা দেব-পূজাদি কিছু না কবিয়া কাষমনোবাক্যে ভক্তিব সহিত, প্রুষে পিতা মাতাব এবং স্থীলোকে স্থামীব সেবা কবিলেই ভগবান প্রম প্রবিত্ত ইইয়া সর্ক্ষ সিদ্ধি প্রদান কবিয়া থাকেন সন্দেহ নাই। এমন সিদ্ধ স্থা বা পুরুষগণের মনোবাঞ্ছা পূর্ণ কাবী পদক্ষ কে না প্রার্থনা কবেন ?

যাহা হউক, যাঁহাব ইচ্ছাব সৃষ্টি দ্বিতি প্রশ্ন হইনা থাকে, সেই ভগবানের আনাধনাকানী ব্রাহ্মণগণকে আনাব ভগবান নিজে কি জন্ত পূজা কবেন ? এ কথা অনেকে জিজ্ঞানা কবিতে পাবেন। কেই কেই কহেন ব্রাহ্মণাদি ভক্তগণ নিজ নিজ স্বার্থ সাধনার্থ ঈশ্ববের সেবা কবিয়া থাকেন, ত্বয়ং ঈশ্বর কি অভিলামে নিজ স্টে-প্রাণী নাজ্মণাদি তাহার ভক্ত বৃন্দের অধীনতা পাশে আবদ্ধ হমেন ? এ কথার সংক্ষেপে উত্তর প্রদান কবিতে হইলে, এই মাত্র বলা যাইতে পাবে বে, ঈশ্বর সংস্করপ; কেই তাহাকে স্বলভাবে ভক্তি আদি প্রদান কবিলে, তিনি

তাহাব প্রতিদান না কবিবা কি ৰূপে নিবস্ত থাকিতে পাবেন ? তিনি সর্বাক্ষণ ভক্ত বাঞ্ছা পূর্ণ কবেন বলিষা ভক্তাধীন ভগবান নামে বিখ্যাত হইবাছেন। এই জন্তুইত তাহাব ঐশ্বৰ্য্য, ঈশ্বৰত্ব ও নিবতিশ্ব মহিমাৰ বিষ্য নিবস্তব জগতে বিধোষিত হইতেছে।

কিনিব প্রাহ্মণ অধিকাংশই বোধ হব সমস্ত বলিলেও ভুল হয় না, তাহাবা জন্ম (Birth right) জন্ম প্রাহ্মণ, কর্ম জন্ম নহেন। দেব-ছর্লভ প্রাহ্মণ-কুলে জন্ম গ্রহণ কবিয়া প্রাহ্মণোচিত সংকর্মাছ্রটান না কবিলে, কথনই ভক্তি-ভাজন বা পৃজনীয় হইতে পাবিবেন না, ববং পদে পদে ঘুণাম্পদ হইবেন।

কি গুণে স্টিস্থিতি প্রকাষ কর্ত্তা ভগবাম নাবাষণ ব্রাহ্মণগণকে আপনাব উপৰ প্রভূত্ব পদ প্রদান কবিষা ঠাঁচাদেব পূজা, মর্যাদা ও সেবা কবিষা থাকেন, তাহা ক্রমশঃ বিবৃত হইডোছ।

পূর্দের বলিষাছি, দেহ ও আত্মা এই ছট সংযোগে জীবেন স্থাষ্ট ইইমাছে। বক্তক্ষণ জীবেন শনীবেন গতি থাকে, ততক্ষণ পর্যান্ত জীবদেহে আত্মা অবস্থিতি করেন। মতরাং ততক্ষণ পর্যাস্ত জীবকে জীবিত বলা যায়।
আব আত্মা ভগবানেৰ অংশ স্বৰূপ, স্থতরাং আত্মার
প্রভাবে জীবিত জীব পৰিত্র বলিয়াও গণ্য হইরা
থাকে। নিখাস প্রধাস, স্পানন, গমন, কথন, ভোজন
ও হাস্তাদি হাবা শরীবেব গতি প্রত্যক্ষ কবা যায়।
গমনাদি শাবীবিক গতি হীন মহায় হয় অলস, অকর্দ্মণ্য, পীডিত, নয় মৃত বলিয়া উল্লিখিত হইয়া থাকে।
মৃত শবীব বেমন অতি অপবিত্র, অস্পৃষ্ঠ ও স্থাণিত,
তাহাৰ পবিণাম অতি শোচনীর। তেমনি আধ্যাত্মিক
গতি রহিত মহায় অর্থাৎ নিশ্চেষ্ট বা মৃত আত্মাবিশিষ্ট মানবও অতি জবস্ত ও বিষম অধম বলিয়া
হেম ও অশ্রদ্ধের হইয়া থাকে।

বে মনুব্য উদ্যমহীন, পবিশ্রম কাতব এবং নিজ শবীরেব যথোচিত গতি সাধনে পৰাজুখ, সেই ব্যক্তিই অতি অকর্মাণ্য, অলস, ভীরু, কদাকাব, হর্পল, হতভাগ্য, দবিদ্র, পীড়িত, অন্ন বস্ত্র বিহীন, চলতশক্তি হীন, মূর্থ, নিত্য অস্থ্রখী এবং বিষম অধার্ম্মিক ও মহা পাতকি হয়। পকান্তবে বিনি দৃত প্রতিজ্ঞ, উদ্যোগী,

পবিশ্রমী, তিনিই কর্মঠ, সবল, স্মুক্তকাষ, সাহসী, স্থানী, ভাগ্যবান, ধনী, বিদ্বান, স্থানী এবং সর্বাদা প্রসন্নিত্তে কাল্যপিন কবেন, তাহাব আব সন্দেহ নাই। মনুষ্যেৰ এই বিপৰীত অবসাদ্ধ বেবল মত্যাসেব দোষ গুণে সংঘটিত হয়। বে ব্যক্তি বাল্যাবিদ আলম্মকে ভাশবাসিংত অভ্যাস ববিশাছে, সেই ব্যক্তিবই অল্ স্বভাব হইষা থাকে। আৰু যিনি বাল্যকাল হটতেই উদ্যোগী ও নিব্লুদ, তিনিই পবিপ্রমী হসেন।

ময়বোৰ এই জড শ্ৰীৰগতি ও তাহাৰ উন্নতিতে সেমন সানবগণ স্থপময় সৌভাগ্য-শৈলে আবোহণ কবেন, তেমনি তাঁহাবা আধ্যাত্মিক গতি ও তাহাব উন্তিহাৰা অশেষ ঐশ্বৰ্যা যক্ত ব্ৰহ্মানন্দ-মৰ ব্ৰহ্মানকৈ প্রমন কনিয়া বন্ধপদ প্রাপ্ত হট্যা থাকেন। আধ্যাত্মিক গতি ও তাহাৰ উন্নতি প্রদর্শনেব পুর্বে সৃষ্টান্ত স্বরূপ জ্বদ্র শবীবগতি ও তাহার উন্নতি দর্শান আবশ্রক।

স্ত্ৰীলোকেৰ গৰ্ভক্ষেলে শোণিত শুক্ৰেৰ শোগে জড শরীবেব উংপত্তি হয়। গর্ভন্ত জীব ক্রমে ক্রমে মাতভক্ত

বসদাবা পুষ্ট ও বৃদ্ধি প্রাপ্ত হইলে গর্ভেব ভিতরেই তাহাব শরীব স্পন্তিও ও শ্বাস প্রশাস ক্রিয়া নির্বাহ হইতে থাকে। তাবপৰ সে ভূমিষ্ঠ হইষা ক্রন্দন কবে, চগ্দ পান কবে ও হাত পা নাভে। ২াত মাসে উব্ভ হয়, হামাগুডি দেষ এবং হাসিতে থাকে। পবে ক্রমে ক্রমে বদিতে শিথিয়া দণ্ডাঘমান হয়। তার পর হাঁটি হাঁটি পা পা কবিষা আন্তে আন্তে চলিতে আবস্ত কবে। ভালমতে চলিতে পাবিলে পর লক্ষ ঝম্প ও দৌডাদৌডি করিয়া বেডাব। অনন্তব বৃক্ষারোহণ ও জলে সন্তবণ কবিতে পাবিলেই জড়-শরীবের অত্যাবগুলীয় গতি সকল এক প্রকাব চবমাবস্থা প্রাপ্ত হয়। ক্রমে ক্রমে অভ্যাস দ্বাবা এই পৰ্য্যন্ত শিখিতে বালকগণেৰ প্ৰাৰ পাঁচ দাত বংসৰ কাল অতিবাহিত হইয়া বাব। তাৰ পুর জীবিকা নির্দ্ধাহার্থ নানা প্রকার ব্যবসায় কার্য্যের অমুনোধে বালকগণ বা মানব সকল জড়দেহের অন্তান্ত গতি সমুদার শিক্ষা কবিতে বাধ্য হইবা পড়ে। তৎসমস্ত বর্ণন করা এ পুস্তকেব উদ্দেশ্ত নছে বলিয়া এম্বলে ভাহাতে ক্ষান্ত হইলাম।

ণা৮ মাস বযঃপ্রাপ্ত হইলে শিল্তগণ আধো আধো বাক্য উচ্চাবণ কৰিতে আৰম্ভ কৰে। প্ৰথমে তাহাবা "বা, মা" এইরপ অপরিফুট আধো আধো বাণী উচ্চাবণ कविटा कविटा मा, वावा, मामा, मिमि, मामा, गामी, মাসী ও পিসী ইত্যাদি শব্দ স্পষ্ট কবিষা বলিতে শিথে। তাব পৰ ছদ খাব, ভাত খাব, বাবাৰ কাছে যাব, ইত্যাদি কথা কহিতে শিখিয়া ক্রমে ক্রমে তুট বংসবেব মধ্যে আবশুকীৰ প্ৰায় সকল কথাই বলিতে পাৰে ৷

ষে বলৈক সাত মাস বয়ক্রমেব সময় "বাব।" এই শব্দ বলিবাব অভিপ্রানে অভি কটে অপবিষ্ট-ৰূপে আধো স্ববে "বা" কেবল এই মাত্ৰ উচ্চাবণ কবিত. ক্রমশঃ অভ্যাদেব গুণে ১৪৷১৫ বংস্ব ব্যমে সেই বালক অনৰ্গল বক্তা কবিষা থাকে।

তৃতীয় অধ্যায়।

সংসঙ্গ ও স্থানিকাব গুণে অভ্যাসেব সহযোগে '
মহ্বোৰ ইহকালে ও পৰকালে মঙ্গল লাভ হইবা থাকে।
অভএব নিজ মঙ্গলেচ্ছ্ লোকেব নিবলস হইয়া নিষমিত
কপে নিবন্তব পবিশ্রম পূর্বক কর্ম্ম কবা আবশ্রক।
অলস ও নিজ্মা লোকেব বেমন ইহলোকে হর্গতিব
সীমা থাকে না। পব-লোকেও তাহাদিগকে তেমনি
অশেষ হর্দশা প্রস্ত হইতে হন্ম তাহাব আব সন্দেহ নাই।
শাহাবা অলস ; তাহাদেব তুলা হতভাগা অতি ব্

সংকূলে জন্ম, সংসক্ষ ও স্কন্থদেহ লাভ কবা বহ তপভাব ফল। এই সকল স্থােগ প্রাপ্ত হইনা যিনি । প্রাকৃত জ্ঞান উপার্জন কবিতে পাবেন, তাঁহাব ভাগ্যেব ' কথা আব বর্ণনা কবাই যাম না। যিনি জ্ঞানামুসাবে কর্মা ববেন, তিনিই মথার্থ জ্ঞানী। প্রথমতঃ সংসক্ষ বা গুক কুপাম জ্ঞান শিক্ষা কবিতে হইবে, তাবপৰ জ্ঞানামু-সাবে কর্মা কবিলে ভক্তি, ভুক্তি ও মুক্তি লাভ হইনা থাকে।

"জ্ঞান" ভগবদ্ধপী কল্পবৃক্ষেব ফল স্বৰূপ। সেই ফলের অমৃতময় বসকে ভক্তি বলা যায়। সেই ভক্তিবস পানে যে অপ্রাক্বত ভৃপ্তিজন্মে, তাহাই ভগবৎ প্রেম বা মুক্তি নামে উল্লিখিত হইতেছে। যাঁহাবা সেই জ্ঞান-ফলনাভেৰ আকাছা কৰেন ভগবদ্ধপী উক্ত বল্পতক সন্নিধানে গমন কৰা তাঁচাদেব অবশ্য কর্ত্তব্য। ফল কথা এই, এহেন হল্ল ভ মানব জন্ম গ্রহণ কবিষা জ্ঞান ফল লাভ কবিতে না পাবিলে জনাই বিফল ।। ফলতঃ ঈশ্ববই জ্ঞান স্বৰূপ। এই জ্ঞানই আবাৰ সাক্ষাৎ গুৰু। ক্লান অন্ধকাৰেৰ আলোক: ব্ৰাহ্মণেৰ ব্ৰহ্মণ্যদেৰ, তাপদেৰ তপস্থা, দ্বিদ্রেব নিধি, পথিকেব পথদর্শক, বিদ্যার্থিব উপদেশক; মুর্থের পাণ্ডিত্য, অন্ধেব চক্ষু; পাপের প্রায়শ্চিত্ত, বোগেৰ ঔষধ, যোগীৰ ষোগ, ছবাচাৰিব চরিত্র শোধক এবং পাপীন পবিত্র কারক।

বৃদ্ধিমান ব্যক্তি মাত্ৰেই জ্ঞান লাভেব জন্ম ব্যাকুলতা প্রকাশ কবেন বটে, কিন্তু সকলে ক্লতকার্য্য হইতে পারেন না। জ্ঞান শিক্ষার্থে পিড় মাতৃগণ বালক বালিকাদিগকে নিযমিতকপে ১৫৷১৬ বৎসৰ প্ৰান্ত विमानास (श्रवं कविषां वार्थ मतावं हरेरज्रह्म।। ছঃখেব কথা বলিব কি। উচ্চ উপাধি ধাবী উচ্চশিক্ষা প্রাপ্ত ক্লতবিদাগণের মধ্যেও শনেকে ছনীভি প্রাযণ। তক্ষ্ম সলদ্য ব্যক্তি মাত্রেই, এমন কি গ্রন্মেণ্ট প্র্যান্ত ব্যথিত হইষাছেন॥ এবিবরে গার্ণমেন্টেব ব্যথিত হওনা শিবোনাতি শিবোপীডাব ভাব। কাবণ, গ্ৰণ্মেণ্ট विनातिय धर्मिनिका खन्छ इव ना। धर्मिका ना निवा বেবল নীতিশিক্ষা প্রদান ক্ষিতো ক্থনই ফল লাভ হইবে না। কেন না, যেমন ভিত্তিংীন অট্টালিকা আদৌ-ভিছিতে পাৰে না, তেমনি ধৰ্মহীন নীতি কখনই का ७ दिल भारत ना। अञ्चव विकासिक धर्म मः युक নীতিশিক্ষা দিবাৰ ব্যবস্থা কৰা গ্ৰণমেণ্টেৰ অৰ্প্ত কৰ্ত্তব্য া হিন্দু প্রধান দেশে হিন্দ্ধর্ম, মুসলমান প্রধানদেশে मुगगमान धन्। এবং बीष्टीयान छाधान (मर्टन औष्टेधन्य শিক্ষা প্রদান কবিলে ধর্ম বিবাদেব মীমাংসা হইতে शास्त्र ।

সার্যাধর্মের অপেক্ষা উৎকৃষ্ট ধর্ম জগতে আব নাই। আর্যাদিগের স্থান দ্বা কৃতজ্ঞতা ও বিনয় নম্রতাদি উক্ক নীতি ও জ্ঞান জগতেব আব কোথাও পাওয়া যাম না। বলদের দ্বারা কৃষিকার্য্যে গান্ত উৎপন্ন হইনা থাকে, এজন্ত আর্য্যগণ বলদকে অন্নদাতা পিতা বলিষা মান্ত কবেন। গাভী ছগ্ম দান কলে বলিষা হিন্দ্বা গাভীকে মাত্রবং ভক্তি ও পুজা কবিষা থাকেন।

পতিব প্রতি সতীব, পিতা মাতাব প্রতি পুত্রেব এবং গুক্ব প্রতি শিষ্যেব অনুপম ভক্তি আর্য্য জাতি ব্যতীত আব কোথাব পাইবে? দীন ছঃখী ও অতিথিব প্রতি পূর্বতন হিন্দুগণ নিয়ত মুক্ত-হস্ত ছিলেন। এখন পান্চাত্য সভ্যতা-শ্রোতে ঐ সকল স্বাপুণ কোথাব ভাসিয়া গিয়াছে।।

যাহা হউক, সদগ্ৰু, সংসক এবং সংগ্ৰন্থ অধ্যয়ন ব্যতীত কাজ্জিত জ্ঞান শিক্ষাব প্ৰত্যাশা নাই। আবাব অভিলবিত জ্ঞান শিক্ষা কবিষা তদন্তসাবে চলিতে না পাবিলে, জ্ঞান লাভই হইলনা। স্কৃতবাং সে জ্ঞান শিক্ষায় কোন ফলই নাই, কেবল বুধা পবিশ্ৰম, অমূলা সময় নাই, মিছামিছি কন্তু ও অনুষ্ঠক অথ্ব্যয় হয় মাত্ৰ।

সংগ্ৰন্থ অধ্যয়ন কবিয়া কেবল তাহাব অৰ্থ বোধ

ও উদ্দেশ্য অবগত হইলেই জ্ঞান শিক্ষা বা জ্ঞান লাভ হয় না। গ্রন্থোক্র উপদেশ মত কর্ম কবা আবিখ্যক। কিন্তু কি বালক কি যুবক বঙ্গদেশীয় কেহই তদমুৰূপ কর্ম কবেন না! কেন ? ইহাবা বি এতই মূর্থ যে আপন হিতাহিত বুঝিতে পাবেন না। অনস্তকাল জীবী পৰম প্ৰিষ স্বীয় স্বীয় আত্মান প্ৰতি ইহাদেৰ এত অবতু কেন। জগতে যত কিছু প্ৰমোৎকৃষ্ট ও অতি প্রিয় বছ আছে, প্রমান্ত্রা ভগবানের কাছে তৎসমস্ত কিছুই নহে, তাহা অতি অকিঞ্চিৎ কব। প্ৰমাজ্বা ভগবানই প্রিয়তম এবং আপন আপন আত্মাই প্রিয়তব। সাধন ফলে বে আত্মা অণিমাদি অষ্টাদশ ঐশ্বৰ্যেৰ অধিপতি, সর্বজ্ঞ ও সর্ব্ব শক্তিমান হওত অনম্ভকার পর্যান্ত ব্রহ্মলোকে ব্রহ্মপদ প্রাপ্ত হইবা ক্রমানন্দ ভোগ कॅविएक मक्कम इटेरक शास्त्रम, जीवित व्यवस्था लाख সেই আত্মা কি না অন্নজীবী ও দেহ কাৰাগাৰে আৰদ্ধ হইবা হর্মল, হঃখ-দাবিদ্রা ও বোগশোক সমন্বিত কুৎপিপাদাব অধীন হওত জন্ম ও মৃত্যু বন্ধণাদি নৰক ভোগে বত হইতেছে।। হায় হাৰ বঙ্গবাসি।

তোমবা এমন নির্বোধ কেন ? তোমাদেব কি আত্মা নাই! তোমবা মৃত না কি? তাহা না হইলে এমন অধোপাতে যাইতেছ কেন ? উঠ, এখনও সচেতন হও।

চাবি শত বংসব অতী । ইইল, ইংলগু দেশে বাাক্সটাব নামে একজন সাহেব পাণীদিগকে ধর্মপথে আন্দলার্থে ইংবাজী ভাষাৰ Raxter call নামে এক থানি পৃস্তক বচনা কবিনাছিলেন। গ্রহাবস্থে তিনি ঈশ্বেব নিকাট এই বলিবা প্রার্থনা কবেন, বে, "হে দ্যাম্য প্রমেশ্ব। আনাব এই গ্রন্থ পাঠে প্রত্যেক পাপীব মন প্রিবর্তন হওবা উচিত, কিন্তু তাহা না

হইলেও আপনি কুপাপূর্বক আমাব পবিশ্রমের পুরস্কাব স্থান্ত অনুতঃ এক জন পাপীর মন পরিবর্ত্তন করিয়া দিউন, তাহা হইলেও আমি ক্তার্থ হইয়া আপনাব ধন্মবাদ প্রদান কবিব।" বাজিটার সাহেবেৰ উক্ত পুস্তক প্রচাবিত হইলে পব তৎপাঠে সহস্র সহস্র পাপী পাপ-পথ পবিত্যাগ পূর্বক ধর্ম পথেব পথিক হইল। কিন্ত গ্রন্থ পঠি কবিয়া আমাদেব দেশীয় লোকেবা যে পাপাভ্যাস পরিত্যাগ পূর্বক ধর্ম কর্মে তৎপর হইরাছেন, এমন দৃষ্টাস্ত অতি বিবল। চৈতত মহাপ্রভূব সঙ্গ ও জ্বনম্ভ উপদেশগুণে ভাবতের অনেকে পাপ ত্যাগ কবিয়া ধর্মপথাবদম্বন করেন বটে, কিন্তু যতদিন পর্য্যন্ত গ্রন্থ পাঠ কবিষা লোকেব ধর্ম্মে প্রবৃত্তি না হইতেছে, ততদিন পর্য্যন্ত পাপ তাপ ও যাতনাদি হংখ মনস্তাপ জগৎ হইতে কোন ক্রমেই দূরীভূত হইবাৰ নহে; কেননা যী**ও ও চৈতন্য দদুশ মহাপুরুষেবা সর্বদা জগতে জন্ম** গ্রহণ কবেন না। বাহা হউক যদি গ্রন্থ পাঠে মানব গণেব পাপ স্বভাব দমন হইবা ধর্মেব প্রতি মনোনিবিষ্ট না ২ইন, তবে গ্রন্থের আব্শুক্তা কি ৷ এমন গ্রন্থ অধ্যধনেব প্রযোজনই বা কি ? তদ্রপ গ্রন্থ পাঠ কবিষা অন্ল্য-ধন স্থল্ল ভ সময় বত্ব অপবায় কবা স্থবোধেব কর্ম নহে। অর্থ দিয়া তদ্রপ গ্রন্থ ক্রম কবা মূর্যতা মাত্র। এমন মৃত ও অসাব গ্রন্থাবলি প্রণেতা ও বিক্রেতাকেও ধিকাব না দিয়াও থাকা যায় না। ফলতঃ এবিষ্যে গ্রন্থাব ও পাঠক উভ্যেবই দোষ আছে, তাহাব আব সন্দেহ নাই।

বিদ্যাল্যের ছাত্রগণকে যে ব্রংগ;বর্ণপরিচ্য অভ্যাস কর্মন হন, পাঠ্য প্রকের অর্থ শিক্ষা পক্ষে ভাছারা যে ভাবে অভ্যস্ত হইষা থাকে, পঠিত গ্রহ্মেক নীতি সদাচার ও ধন্ম শিক্ষা পক্ষে তাহাদিগকে ভক্ষপ অভ্যাস কর্মন হয় না। তজ্জন্য তাহারা নীতি, সদাচার ও ধর্মা শিক্ষাস সম্পূর্ণকশে অক্ষম হইতেছে। স্মৃত্রাং তাহারা বিদ্যাল্যে উচ্চ উপাধি প্রাপ্ত হইলেও নীতি, সদাচার ও ধর্ম বিষ্ধে অজ্ঞ। সেই অজ্ঞতা নিবন্ধন নিম্ন শ্রেণী হইতে উচ্চ শ্রেণীর ছাত্র পর্যান্ত প্রাণ সকলেবই চবিত্র দ্যিত! বিনর নম্রতা রে সকল সদ্ধানের ভূষণ দেহ দম্ভ অহঙ্কাবের আধাব বলিলেও অত্যুক্তি হয় না।
ইহাবা দেবতা, ব্রাহ্মণ মানেনা। গুৰুভক্তি ও পিতৃ
মাতৃভক্তিও ইহাদেব নাই বলিলেই হয়। পূর্ববার
ন্যায় এখন আব ইহাদেব রাজভক্তি কোণায়?
অধিকাংশ ছাত্রেব চিত্তে এক্ষণে আব ঈশ্বব-ভীতি
প্রায় লক্ষিত হয় না। পরকাল ও ঈশ্বব বিষয়ক
ভয় না থাকিলে মানুষে প্রায়ই সচ্চবিত্র ও ধার্মিক
হয় না, এজন্য প্রকাল ও ঈশ্বব বিষয়ক ভয় শিক্ষা
দেওয়া সর্বতোভাবে কর্ত্ব্য। মহাজ্ঞানবান স্কলেমান
বলিবাছেন, ঈশ্বব বিষয়ক ভয় জ্ঞানের আবস্তু।
মত্রএই প্রমেশ্বকে ভয় ক্ষিত্রে শিক্ষা করা কর্ত্ব্য।

পূর্বে বলিবাছি, "জান" ভগবদ্দপী করাবৃক্ষের যাল স্বরূপ। বাঁহাবা সেই জ্ঞান-ফল লাভের আকি জ্ঞান কবেন, উক্ত করাতক সরিধানে গমন কবা তাঁহাদের অবশু কর্ত্তব্য। অতএব কি রূপে ঐ কর্মজ্ফ সমীপে গমন কবিতে হয়, সেই শ্বীবগতি ক্রমে ক্রমে প্রদ-শ্ন কবিতেছি। পাঠক। নিশ্চয় জানিও যে ভগবদ্ধপী কল্পতক সমীপে গমন কৰিতে পাবিলে তুমি নিঃসন্দেহ জ্ঞানফল প্ৰাপ্ত হইষা কৃতাৰ্থ হইবে। কল্পতক কেবল জ্ঞানফল প্ৰদান কবেন না, সেথানে তুমি যাহা চাহিবে তাহাই প্ৰাপ্ত হইবে। অনাযাসে অণি-মাদি অষ্টাদশ ঐশ্বৰ্য্য লাভ কৰিতে পাবিবে। এই অত্যাশ্চৰ্য্য ঐশ্বৰ্ষ্যৰ বিষয় পৰে বিস্তাবিত বৰ্ণিত হইবে।

কেবল শিক্ষিত জ্ঞান নহে, কিন্ত প্রকৃতপক্ষে

যাহাবা জ্ঞান প্রাপ্ত হইষাছেন, তাহাবাই ঈশ্বব লাভে

অধিকাবী হযেন। জ্ঞান যে কি প্রমপদার্থ তাহাবা

ভিন্ন অন্যে তাহা অবগত নহে। জ্ঞানহীন মন্তব্যগণ

অজ্ঞানাম্ধকাবে আচ্চন্ন থাকে।

সামান্য অর্থ লাভার্থ লোকে প্রাণ পর্যান্ত পণ কবে। পরমার্থ পরমেশ্বকে লাভ কবিতে যাহাবা যত্নবান নহে, সেই হতভাগ্য নবাধম মূর্থগণ আত্ম-ঘাতী। পার্থিব সামান্য বাজাব সহিত কোন মহ য্যের আলাপ পরিচৰ হইলে, কিমা তিনি কাহাকেও ক্ষেহ করিলে সে ব্যক্তি আপনাকে ধন্য মানিষা কতই আহলাদ প্রকাশ কবে। তবে অনস্ত কোটা ব্রহ্মাণ্ডেব অধীশ্বর সমস্ত সম্রাটেব স্মাট সেই বিরাট পুরুষ ভগবানের প্রেহের পাত্র হইন্ড যত্ন না করা কি ভ্যানক বোগ নহে। এ বোগের বোগিবা আপনাদেব সেই মাবাত্মক পীড়াব প্রতিকাব না কবিষা কিরূপে নিশ্চিম্ভ মনে অবস্থান করে, তাহা ভগবানই জানেন।

পঠিক। দিখনকে লাভ করা বড কঠিন ব্যাপাব মনে কবিষা তুমি তাঁচাকে পাইবাব জন্য চেষ্টা কবি-তেছ না, এই জলসতাই তোমাব বোগ। সেই বোগে তোমাব মৃত্যু ও মৃত্যুজনিত যন্ত্রণা উপস্থিত হইষা থাকে। এই সংসাবে বাঁহারা মহা ধনবান বা সম্রাট, পৃথিবীব সমস্ত ব্যরশীল কার্যাই যেমন তাঁহাদেব জনা-যাস সাধ্য, তেমনি বাঁহাবা জিশ্ববধনে ধনী অর্থাৎ বাঁহাবা ভগবানকে প্রাপ্ত হইষাছেন, জনম্ভ জীবী সেই সকল লোকেব জনস্ত ব্রহ্মাণ্ড সম্বন্ধীয় সমস্ত কার্য্যাই স্পাধ্য হইয়া উঠে। বাঁহাবা ভগবানকে প্রাপ্ত হয়েন অর্থাৎ ভক্তিভোরে তাঁহাকে বনীভূত কবিতে পাবেন, তাঁহাবা ঈশ্ব তুল্যই হইবা থাকেন। ভূত ভবিষ্যৎ বর্ত্তমান বর্ত্তমানেব ন্যায় সর্বাদাই তাঁহাদের নিকট বিদ্যমান থাকে।

আনস্য পবিতাগি পূর্বাক ব্যগ্রতাব সহিত ভগ-বানকে পাইবার জন্য যত্নবান হইলেই তাহাকে প্রাপ্ত হওয়া যায়, যেহেতু তিনিই একমাত্র সং। পাপীব পক্ষে তিনি ভয়ানক হইলেও ভক্তেব নিক্ট শ্লেহেব সাগব। তিনি দ্বমেষ ও দাতা এবং শ্বণাগতেব আশ্রম। স্থুতবাং তাহাব আশ্রম গ্রহণ কবিলে কোনই ভয় থাকেনা। ঈশ্বনে অবিশাসী মদমত্ত ধনবান ব্যক্তি ষ্থন ভ্রানক দাবিদ্র ছঃবে নিম্ম হয়, তথ্নই সে **ঈ**শবের প্রতি ভঞ্জি কবিতে আবম্ভ কবে। আব হুস্থ-শরীব বিশিষ্ট যে সকল বলবান ব্যক্তি ঈখবেৰ অন্তিজ ত্বীকার কবে না, তাহারা বধন বোগাক্রান্ত হইয়া চ্গতশক্তি বহিত হইনা পড়ে, তথনই তাহাবা ঈশ্ববের উপাদনায প্রবৃত্ত হইতে থাকে। কিন্তু ভগবান থাহা-'দৈর প্রতি রুপা কবিতে ইচ্ছা কবেন, কেবল তাহা-দেরই ঈশ্বের প্রতি ভক্তি জন্ম। অহন্থাবীকে ঈশ্ব কথনই কপা কৰেন না। তিনি নিষত দীনেৰ প্ৰতি সদয থাকেন, একাৰণ "দীননাথ "বলিষা ভাহাৰ একটী সককণ নাম আছে। অন্নৱন্ত হীন দবিদ্ৰগণকেই কেবল দীন বলেনা, ধনাচ্য লোকেবা দস্ত, অহন্ধাৰ ও অভিমানাদি পবিহাব পূৰ্ব্বক নম্ম হইলে, তাহাদিগকেও দীন বলা যায়। হে স্ব্বান্ত্ব্যমিন্ দীননাথ। আমি ভোমাৰ নিকট প্ৰাৰ্থনা কবিতেছি, তুমি আমাৰ এবং আমাৰ পাঠক গণেৰ প্ৰতি কপা কটাকে দৃষ্টিপাত

চতুর্থ অধ্যায়।

"দেবাধীনা স্থগৎসর্কে, মন্ত্রাধীনাক্ত দেবতা, তে মন্ত্রা ব্রাহ্মণাধীনা তত্ত্বাৎ ব্রাহ্মণো দেবতাঃ।"

অর্থাৎ ভগৎ সংসাব দেবগণ কর্ত্ব পবিচালিত হইতেছে,। দেবতাবা মন্ত্রেব অর্থীন এবং সেই নুমন্ত্র আবাব বাহ্মণগণনে আবন্ধ, স্থতবাং ব্রাহ্মণগণই দেবতা। অতএব সর্ব্ব প্রযত্নে ব্রাহ্মণেব সেবা কবাই কর্ত্তবা। ব্রাহ্মণই ব্রাহ্মণেব গতি, বথা—"ব্রাহ্মণস্য ব্রাহ্মণো-গতিঃ।" যাহা হউক, যেকপ প্রক্রিয়া দ্বাবা মন্ত্রেবা ব্রাহ্মণছ লাভ করেন, এবং ব্রাহ্মণ হইলে কি কি শুণ ও ঐশ্বর্য্য সম্পান্ন হযেন, তাহা ক্রমে প্রদর্শিত হইতেছে।

ব্ৰাহ্মণগণ যদি ব্ৰাহ্মণোচিত আচাব ব্যবহাবে বিবত হইয়া কদাচাবী হন, তাহা হইলে তাঁহাবা পতিত হওত প্ত মধ্যে পবিগণিত হইবেন। এবং জন্মান্তবে শ্ভাদিনীচ কুলে জন্ম প্ৰহণ কনিবেন। পক্ষান্তবে শ্ভাগণও সাধন বলে ব্ৰাহ্মণত্ব লাভ কবিতে পাবেন। সেই সকল শুদ্ৰ সেই জন্ম সেই দেহে ব্ৰাহ্মণদিগেব ভাষ সকল

অধিকাব প্রাপ্ত না হইলেও পুনর্জ্জন্মে তাঁহাবা নিশ্চঘই ব্রাহ্মণ বংশে অবতংস হইবেন। বিশ্বামিত্র ক্ষত্তিযকুলে উত্তব হইষা সেই দেহেই ব্রাহ্মণত লাভ কবিষাছিলেন।

সত্য ত্রেতাদি যুগ ক্রমে মানবগণ আয়ু, বল ও ক্ষমতাদি সকল বিষমেই ক্রমে ক্রমে হ্রাস প্রাপ্ত হইতেছেন, স্থতরাং বর্ত্তমান কলিযুগে সত্যাদি যুগেব স্থায় কঠোব সাধন প্রক্রিষাদি আব এক্ষণে তাঁহাদিগেব পক্ষে কোন ক্রমেই সম্ভাবিত নহে। শান্ত-কাবেবাও তাহাব বিধান দিবাছেন। যথা—

"ক্লতে অস্থিগতাঃ প্রাণাঃ ত্রেতাষাং মাংসমাশ্রিতাঃ। দাপবে কধিবকৈব কলো অন্নাদিষু স্থিতাঃ॥"

সত্যযুগে মানবেব প্রাণ অস্থিস্থিত ছিল। ত্রেতাযুগে মাংসস্থিত, দ্বাপবে বক্তস্থিত এবং কলিকালে অরগত জীবন হইবাছে।

সত্যযুগে তপস্থাদি দ্বাবা সর্ক শ্বীব শুক্ষ হইযা
অস্থি মাত্র অবশিষ্ট থাকিলেও প্রাণ বিদোপ হইত না।
ত্রেতা যুগে অনাহাবাদি দ্বাবা শ্বীবস্থ মাংস শুক্ষ হইলেই
প্রাণ ত্যাগৃহইত। দ্বাপর যুগে মাংস শুক্ষ হওয়া দূবে

থাকুক, শোণিত মাত্র শুদ্ধ হইলেই আৰু: নিংশেষিত হঠত। আৰ কলিকালে আহাৰ বন্ধ হইলেই প্রাণ বিশোগেৰ সম্ভাৰনা হইয়া উঠে। এই জন্ম ভিন্ন ভিন্ন যুগেৰ ধৰ্ম ভিন্ন ভিন্ন হইয়াছে।

"অস্থেরতয্গে ধর্মাস্থেতাবাং দাপবেহপবে। অন্তে কলিমুগে নৃণাং যুগ ক্রাসামুরপত,॥"

ইতি মন্থঃ।

বৃগাহুসাবে মন্তুনাদেব শক্তি আদি হাস হওয়াতে সভ্য ৰূগেব ধর্মা সকল অন্ত, ত্রেভান্পেব ধর্মা সকল অন্ত, ছাপব মুগেব ধর্মা সকল অন্ত এবং কণিযুগের অন্ত ধর্মা সকল নিক্পিত হইষাছে।

একটা প্রবাদ বাক্য আছে—

"দেখে শুনে কলে যোগ।

* ক কাটে ধলে বোগ।"

পর্থাৎ কাহাবো বোগাচাব দেখিয়া শুনিবা অথবা পুত্তকাদি পাঠ কবিষা বোগাভ্যাসে প্রবৃত্ত হইবে না। শুক্রপদেশ ব্যতিত যোগ কবিতে আরম্ভ কবিলে বোগ শুরাগ কবিতে হর এবং অবশেষে উদ্যাদ বাতুল পর্যান্ত হইয়া মৃত্যু গ্রাদে পতিত হইতে হব। বাগ, দ্বেষ, কাম, ক্রোধ এবং লোভ প্রায়ণ অহঙ্কাবী ব্যক্তিব কথনই যোগ সিদ্ধি হয় না। প্রিত্তিটেতা নিশ্পাপ মন্ত্র্যুই বোগ সাধনে অধিকারী হন। একাবণ যোগিগণ বা যোগাভিলাবী ব্যক্তিগণ কথনই পাপে লিপ্ত হন না।

"জ্ঞান হ্রদে সত্য জলে বাগদ্বের মলাপহে।

য স্বাতঃ মানদে তীর্থে দ ন লিপ্যেৎ পাতকৈঃ॥"

অর্থাৎ বাগদেষ রূপ মল বিহীন সত্য স্বরূপ স্বচ্ছ সলিল বিশিষ্ট জ্ঞানরূপ জলাশ্য সংস্কু পবস পবিত্র মানস তীর্থে যিনি স্থান করেন, তাঁহাকে আব পাপে লিপ্ত হইতে হয় না।

এরপ বোগে অধিকাবী নিশাপ ব্যক্তি মৃত্তি কামী

হইবা সদগ্ৰুক উপদেশারুসাবে বোগ সাধনে প্রবুদ্ধ

হইবেন। বিনা গুরুপদেশে যোগাবলম্বন কবা, আব

সপেষিধ ও সর্প মন্ত্র বিষয়ে সম্পূর্ণ রূপে অক্ত ব্যক্তিব

সর্প লইবা খেলা কবা, উভয়ই সমান। স্থান্ট স্থিতি প্রলয়

কর্তা ভ্যানকেব ভ্যানক মহান্ বিবাট পুরুষ ভগবানের

সঙ্গে যোগ, দ্বাবা সংযুক্ত হইতে যাওয়া বা ভাহাব চেষ্টা

করা কি যে সে লোকেব কর্মণ অতএব সাবধান।
অগ্নিম্ম প্রব্রেক্সের সহিত যোগ্য পুরুষ না হইয়া কেহ
ক্থনই অগুচি অবস্থায় বা তামসিক ভাবে ক্রীড়া করিতে
অগ্রস্ব হইও না।

ফল্ড: তুর্লভ মানবদেহ ধাবণ কবিষা ধাহাবা আত্মতত্ত্ব অবগত হইতে না পাবিয়া বা ভাহা জ্ঞাত হইবাব জন্ম যত্ত্বান না হইষা অজ্ঞানাবস্থায় কাল বাপন কবিতে কবিতে তাহাদেব পশু জীবন সম্বৰণ কবে, ভাহাদেব নিমিত্ত সাধুগণ নিয়ত শোক প্রকাশ করিষা থাকেন। সে সকল তুচ্ছ জীবেব জন্ম না হইলেই ভাল হইত। কেন না, তাহাবা নিজ হেষতাব সঙ্গে সংগ্রু ঈশ্ববেব মহিমারও লাঘ্ব কবিয়া থাকে।

পঞ্চম অধ্যায়।

যোগ সাধন করিতে গেলে, বটচক্র ভেদ ও স্ববো-দয় জ্ঞাত হওয়া আবস্থক। তজ্জন্ত নিম্নে বটচক্র ভেদ ও স্ববোদয় যথাক্রমে লিখিত হইতেছে।

यप्रेष्ठक एकम ।

মছব্যেব পৃষ্ঠদেশে যে মেক্রনণ্ড আছে, তাহাব বহির্ভাগন্থ বামদিকে ইড়া ও দক্ষিণে পিল্ললা নামী শিরা বা নাডী বিদ্যমান বহিষাছে। ইডাকে চক্র নাড়ী এবং পিল্লাকে স্থ্য নাডীও বলা যার, কেন না চক্র ও স্থ্য ঐ ছই নাড়ীব অধিষ্ঠিত দেবভা। এই, উভয নাডীর মধ্যন্থনে মেক্রনণ্ডেব রন্ধু, মধ্যে সমুদায় মেক্রনণ্ড বাপিয়া মূলাধাব পদ্ম হইতে মন্তক পর্যান্ত বিস্তীণী সন্তর্ভঃ তমঃ গুণ সম্পন্ন স্বয়ুমা নামা নাড়ী আছে। এই নাডীব মধ্যে যে ছিল্ল বহিয়াছে, তাহাব মধ্যদিয়া লিঙ্গদেশ হইতে মন্তক পর্যান্ত বাপিনী বজ্ঞা নামী আব একটা নাড়ী অবস্থিত করিতেছে। এই নাড়ীর মধ্যে প্রণব অর্থাৎ ওঁ শ্লায়মানা চিত্রিণী নামী

আবও একটা নাডী বহিষাছে, উহা মেরুদণ্ডের মধ্যদিশা ছম্বটী পদ্ম গ্রন্থিত করিয়া অবস্থিত আছে। চিত্রিণী নাডীর মধাদিশা ব্রহ্মনাডী নামে আব একটা নাডী গুঞ দেশস্থিত মুনাধাৰ পল্লন্থ শিব-লিঙ্গেৰ মুখ হইতে নিৰ্গত হওত মন্তকন্ত সহত্ৰ দল পদাধিটিত প্ৰমান্ধাকে স্পূৰ্ণ কবিয়া বহিয়াছে।

এই ব্রহ্ম নাডীব ছিদ্র অর্থাৎ কুলপথ পবিজ্ঞাত হইষা যে সাধক তন্মধ্যদিষা নিজ জীবান্ধাকে মস্তকন্থ পর্মাত্মার সহিত সংযুক্ত কবিতে পাবেন, তিনিই প্রাকৃত যোগী ও ব্রহ্মানন্দ ভোগা। বিশ্বদ্ধ জ্ঞানদাবা এই নাডীকে জানিতে বা জাগবিত করিতে পাবিশে সাধকের আত্মতত্ত্ব ও প্রসাত্ম তত্ত্ব বোধ হইষা থাকে। এই ব্ৰহ্ম নাডীব মুখে সহস্ৰাব পদ্ম হইতে ক্ষবিত সুধাধানা প্রবেশেব স্থান আছে, তাহাকে ব্রহ্মদাব বলে। এই সংযোগ স্থলকে যোগীগণ গ্রন্তিস্থান বা স্বয়ুয়া নাড়ীব মুখ বলিষা নিৰ্দেশ কবিরা থাকেন।

লিন্দের অধোভাগে এবং গুহুদেশেব উৰ্দ্বভাগে ্মাধাবপন্ম অর্থাৎ প্রথম চক্র অবস্থান কবিতেছে,

ইহা সুষুষা নাডীব অধোমুধে সংলগীভূত। এই পদ कुनकु छनिनी मंकि जानित अथम जाधात विनया मनाधात পদ্ম নামে অভিহিত হইণাছে। এই পদ্ম অধােমুখে অবস্থিতি কবিতেছে, কিন্ধ সাধন কালে সাধক ইহাকে উর্দ্মুখ ভাবিষা ধ্যান করিবেন। এই পদ্ম লোহিত বর্ণ চাবিদল বিশিষ্ট, তাহাতে তপ্ত কাঞ্চন তুল্য বংশংষংসং এই চাবিটী বর্ণ আছে। মূলাধার পায়ে অবনিব চতুকোণ চক্ৰ আছে, এই চক্ৰ অষ্ট পূল দ্বাবা পৰিবেষ্টিত। তাহাৰ মধ্যে তাভিতেৰ ক্লায় পীতবৰ্ণ পথিবীৰ নিজ বীজ "ল" কাব অধিষ্ঠান করিতেছে। উক্ত "ল" কাব বীজের অধিষ্ঠিত দেবতা ঐবাবতে অ।কচ চতুর্জ ইক্র। এই ইন্দ্র দেবতাব অঙ্গে তকণাকণেব ন্থার লোহিতবর্ণ চতুষ্ব শিশুৰূপী স্ষ্টিকাৰী চতুবানন ব্ৰহা চাবি মুখে श्वक् यङ्गः माम ও अर्थर्व এই চাবিবেদ अशायन कति-তেছেন। এই চক্রে এককালে নমুদিত বহু সূর্যা প্রকাশের ন্যায় প্রভায়ক্ত বক্তবর্ণোজ্জল ন্যনা চতুত্ব ডাকিনী দেবী বিবাজ কবিতেছেন।

म्लाधान भरणा कर्निका भरधा स्मीनामिनी मनृन

পীতবৰ্ণ অতি কোমল ত্ৰৈপুব নামক ত্ৰিকোণ যন্ত্ৰ আছে। ইহা বন্ধ নাড়ীৰ মুখদেশে সংস্থাপিত। এই यञ्ज याद्य कन्मर्भ नामक वाय नर्वक्य नर्वकितक व्यवा-হিত হইতেছে। এই বাযু বান্ধুলী কুমুম তুল্য লোহিতবর্ণ কোটা স্থ্য সদৃশ জ্যোতির্ব্বিশিষ্ট। এই বার্ই জীবেব ঈখব খকপ, কেননা ইনিই খাদ প্রশ্বাদ রূপে প্রাণীকে জীবিত বাথেন। সেই ত্রিকোণ যন্ত্রেব মধ্যে পশ্চিমান্তে অর্থাৎ বিপবীত দিকে मूथ किरारिहा नहीं क्ल जिल्ल नाग एएट जावर्ख যুক্ত লিম্বরূপী এক স্বয়ন্তু শিব বিদ্যমান বহিষাছেন। ইনি নবপল্লৰ তুল্য লোহিতবৰ্ণ তৰল স্থবৰ্ণ সমান কোমল। এবং দীপ্যমান পূর্ণচল্লের স্থন্ধিয় মনোহব জোৎস্নাব ন্যায় উজ্জন। ইনি বারাণসী, তীর্থবিলাসী। আধার পদ্মই পুণ্যকাশী স্বরূপ। গভীব ধ্যান নিবিষ্ট প্রক্রত তত্তজানী ব্যতিত ইহা কেহই জানিতে পারে না। দেই স্বয়ম্ভ লিঙ্গের উর্দ্ধভাগে শিরোদেশে মৃণাল স্ত্র সদৃশ হক্ষাশঙ্খাবর্ত্তের সমান শরীব ধাবী বিহাহাতি তুল্য দীপ্যমান বিশ্ববিমোহিনী মহামায় কুলকুণ্ড-

লিনী শক্তি বিবাজমান রহিয়াছেন। ইনি লিঙ্গধে ভূজঙ্গের ন্যায় সান্ধতিপাকে বেষ্টন পূর্বাক স্থাবস্থাধ স্থ্যা বা ব্রহ্ম নাজীব মুখস্থ ব্রহ্মনাবকে অতি মধুবভাবে আচ্ছাদন কবিরা বহিয়াছেন।

সেই কুলকুঙলিনী শক্তি অতি মধুবরূপে মধুমন্ত মধুকব নিকবেব ন্যায় অপবিকৃটবরে বহুবিগ অ্ললিড কার্যাবলী নির্বাহ কবিতেছেন। এবং শ্বাস প্রশ্বাস প্রক্রি-বাব দ্বাৰা জগতের সমস্ত জীবেব জীবন রক্ষা কবি-তেছেন। ইনি মুলাধাব পঞ্চের অভ্যন্তবে প্রজ্ঞালিত দীপা-বলিব ন্যায় প্রকাশ পাইতেছেন। এই কুলকুগুলিনী শক্তিই বাক্যের প্রস্থতী এবং খাস প্রশাস বিধাতী। কুণ-কুণ্ডালিনীৰ দেহাভাত্তৱে স্বন্ধাতিসন্মা অতি-কুশ্লা-নিত্যা-নন্দ দায়িনী চপলা-মালাৰ ন্যায় কান্তিমতী প্ৰমক্ষা বিবাজিত বহিগাছেন। ইহাবই প্রভাবে বিশ্বমণ্ডলম্ব সমস্ত বস্তু প্রকাশ পাইতেছেন। ইনিই প্রাৎপরা পরমা প্রক্রাড 🖰 আদ্যাশক্তি মহামায়া প্রমেশ্বী। ইহাঁকে জানিতে शांवित्नरे निज-जब्खात्मत **উ**मग्न रहेन्ना शांक। किन्नु তক্ষান ব্যতিত ইহাঁকে জাত হইবাৰ উপায়ান্তৰ নাই।

তিনহার আছে এবং ষস্ত্রমধ্যে বহিং বীজ্ব রং আছেন।

সেই বিচি দেবতাকে ছাগাক্ট এবং নৃতন তপন তুল্য
লোহিতবর্ণ ও চতুর্ভিরপে ধ্যান করিতে হয়।

তাহাব আছে বিশুদ্ধ সিন্দুব সদৃশ লোহিতবর্ণ অপচ
ভন্মলিপ্ত প্রযুক্ত শ্বেতবর্ণের ন্যায় প্রকাশ মান বৃদ্ধকপী জিনেত্র কন্ত্রমূর্ত্তি সহাদেব নিয়ত বিবাজমান
আছেন। ইনি দিভ্জ, একহন্তে লোক সকলকে
বরদান ও অপব হস্ত দ্বারা অভয় প্রদান কবিতে
ছেন। ইনিই আবাব স্টিসংহাব কর্ত্তা মহাকাল।

এই তৃতীয় মণিপুরপদ্মে সকল শুভকরী চাবিহন্ত বিশিষ্টা লাকিনী শক্তি আছেন। ইনি শ্রামা পীত-সনা, বিবিধ অলম্কার ধাবণ কবিয়া নিবন্তব প্রসন্ন চিত্তে অবস্থান কবিতেছেন। ইহার নাভিপদ্ম অর্থাৎ মণি-পুরপদ্ম ধ্যান কবিলে সাধক স্কৃষ্টি সংহাব ও পানন-ক্ষম হইতে পারেন। তাঁহার মুথকমলে জ্ঞানমন্ত্রী দেবী ব্যবস্থানী সত্ত বিরাজ করিতে থাকেন।

মণিপাব পদ্মের উর্দ্ধভাগে হাদরে অর্থাৎ স্থব্দ্ধা গ্রাথিত গ্রুপ্ঞেব চতুর্গন্তরে বন্ধুক পুল্পের ন্যায় লোহিত কান্তি

একটী পদ্ম আছে। ইহা দাদশদলবিশিষ্ট প্রত্যেক দলে সিন্দ্ৰবাগযুক্ত কং থং গং বং ঙং চং ছং জং बाং এঃ টং ঠং এক একটী বর্ণ আছে। ইহাব নাম অনাহতপদ। ইহাতে ধূ্যবৰ্ণ ষ্টকোণ যুক্ত বাযুমগুল विवाह । এই अन्नवानकविष्य बानावाङ भूर्व इहेश গাকে |

অনাহত পদ্ম মধ্যস্থ ষট্কোণ চক্রমধ্যে কৃঞ্চাব মুগাক্ত চতুত্তি মধুৰ ক্পবিশিষ্ট ধুমন্তোমেৰ ন্যাৰ ধুষৰ-বৰ্ণ প্ৰন্ৰীজ যং মন্ত্ৰ ধ্যান কবিবে। তথায় প্ৰবিত্ৰ ' হংস সদৃশ শ্বেতবৰ্ণ ঈশ নামে কক্ণামৰ মহাদেৰ जाह्न। তिनि दिल्ख, এक्टाउ लोक मुक्नार অভ্যদান এবং অপ্র হস্তে ব্রপ্রদান ক্রিতেছেন।

অনাহত পল্লে চণ্ঢাবিৎ পীতবর্ণা ত্রিন্যনা সর্কা লঙ্কাবে স্থসজ্জিতুতা যোগীঞ্চন হিতৈষণী চতুত্র জ ধাবিনী কাকিনী শক্তি আছেন। তিনি স্বহত্তে লোক সকলাৰ ववाज्य अमान कतिया थाटकन। हेनि स्थापमाजियिर ন্তদ্যা এবং অস্থিমালা ধাৰিণী।

এই জনাহত পদ্ম কৰিকাৰ মধ্যে কোটি বিছা

সমপ্রভাযুক্তা কোমল কলেবৰ স্থগোভিনী এক শক্তি আছেন। সেই ত্রিকোণ নামী ত্রিকোণ শক্তি ঘদ্রেব অভান্তরে স্থবর্ণেব নাায় উজ্জ্বল অঙ্গবাগযুক্ত বাণনামে শিবলিঙ্গ বিবাজিত বহিষাছেন। ইহাৰ মন্তকে স্থন্ম ছিদ্র থাকাতে দড়িছ মণির নাায় পরমোরাস যুক্ত শ্রীধানণ করিতেতেন।

থিনি হাবেশ্ব করবৃক্ষ সদৃশ শিবেব অধিষ্ঠান বশতঃ পবম পবিত্র পীঠস্থান ও নির্বাতনিকম্প প্রোজ্জন দীপ শিখার ন্যায় জীবাঝা শোভিত এবং অভ্যন্তরে মার্ভও মণ্ডিত লোগিতবর্ণ কিঞ্জলক-কান্তিবিশিষ্ট এই অনাহত পদ্ম ধ্যান কবেন, তিনি বৃহস্পতি তুলা বাক-পটুত্ব এবং ঈশ্বরেব সাদৃশ্য লাভকবত জগতেব উৎপত্তি ও বিনাশ শক্তি সম্পন্ন হবেন।

এই অনাহত পন্ম ধ্যানকারী নাধক জানী ও যোগীশ্রেষ্ঠ হইরা জগতের প্রিয়দর্শন হইবা উঠেম। তিনি
ক্রিম সমূহকৈ বশীভূত করত পরব্রদ্ধ খ্যান ধারণায ক্রম হইয়া থাকেন। তাঁহাব বদনাববিদ্দ হইতে গদ্যনাম্মী কবিতাবলী শ্রধা ধাবাব ন্যায় নিস্ত হইতে

অধ্যাত্ম-যোগনাত্রন

থাকে। এবং তিনি পব শবীবে প্রবেশ কবিতে সমর্থ তথেন।

কণ্ঠদেশে পঞ্চমন্তবে স্থনির্মাণ অথচ গাচ ধ্যবর্ণ বিশুদ্ধ নামক পদ্ম বহিবাছে। এই পদ্মে আ আ ই প্র উ উ আ আ ই প্র উ উ আ আ দ হ এ ঐ ও উ অং আঃ এই বোলটা স্ববর্ণ বৃক্ত দীপ্তিমান বক্তবর্ণ বোলটা দলং আছে। এইস্থানে বৃত্তাকার পূর্ণচক্র সদৃশ জ্যোভির্মাণ নভোমগুল আছে। সেই পরিত্র পদ্মস্থিত স্বেতবর্ণ গল্জা ক্ষ গুলাম্বর্ধারী চতুর্বাছ বিশোভিত আকাশবীজম্মি স্বিস্থিতি ক্রিতেছেন। তাহার অল্পেনে স্থেতা অভিন্তম্ম হ্বর্গোরী বিবাজিত বহিবাছেন। ইনি ডিন্
বনা পঞ্চবদন, দশকুজ এবং ব্যাস্থ চর্ম্ব্রারী। বি

এই বিশুদ্ধ পদ্মে পীত্বসনা, ধর্ম্বাণ, পার্ক্তি
আঙ্কুশ ধাবিণী শাকিনী শক্তি অধিষ্ঠান করেন।
পদ্মেব কর্নিকাতে অকলত্ব পবিপূর্ণ চন্ত্রমণ্ডল আঙ্কু
করিতেছেন। এই মণ্ডগ্রই জিতেন্ত্রিষ বোগী

""উউ শ্রারগাত বা

মৌক্ষণাব স্থৰপ। এই বিশুদ্ধ পদ্ম নিরপ্তব ধানি কবত বে যোগী কুম্ভকাদি প্রাণাধাম দাবা প্রাণ নিবোধ দাধনে ক্ষমবান হযেন, তিনি কদাচিত কুপিত হউলে ত্রিভ্বনকে বিচলিত ও সপ্তাপিত কবিতে পাবেন। তাঁহাব শক্তিব বোধ কবিতে চবিহব বিবিঞ্চি আদি কেইই সমর্থ নতেন।

কঠেব উর্জনেশ ক্রম্গবেদ মধ্যে সতিশব শুরুবর্ণ সম্রত্বা জ্যোতির্দার ধ্যাননিল্য হ ক এই ছইবর্ণ যুক্ত ইদল পদ্ম আছে, হন্মাধ্য বিধ্বং ধবল বর্ণ বন্ধুখী ভুড়জা বিদ্যা সূত্রা কপাল ভ্রমক ও জপমালা ধাবিনী বিক্রচিত্রা হাকিনী শক্তি আছেল।

ব এই আজ্ঞা নামক ষষ্ঠ পাণাব সন্তবালে স্ক্রনপী
প অবস্থিতি কবেন। পদােব বােনি স্বরূপ কণিকাইতব নামধেষ শিবলিক বিবাজমান আছেন।
তিভতুল্য জ্যোতির্কিনিষ্ট পব্য স্কর্মব প্রমা
ক্রির আশ্রম স্থান স্বরূপ ব্রহ্মনাড়ী লম্মানা বহিষাছে।
ক্রির আশ্রম স্থান স্বরূপ ব্রহ্মনাড়ী লম্মানা বহিষাছে।
ক্রির আশ্রম স্থান স্বরূপ ব্রহ্মনাড়ী লম্মানা বহিষাছে।
ক্রিরেপবে আদি বীজ ও কাব অবস্থান কবিতেছেন।
বিকাশ্র সাজ্ঞা চত্তেব চিস্তা কবিবেন।

🏲 এই আজাচক্রেব অভ্যন্তবে নিবস্তর শুদ্ধবৃদ্ধ অন্ত-বাত্মা অবস্থিতি কৰেন। তিনি দীপশিখাৰ ন্যায জ্যোতিমান এবং প্রণব বিশিষ্ট। অর্থাৎ ওকার ও তদুর্দ্ধ অদ্ধচন্ত্র এবং ভতুপবি বিন্দুরূপ মকাব অন-স্থিতি কবিভেছে। ঐ মকাবেব নিম্নে বলবামেব ন্যাব ধৰণ বৰ্ণ চন্দ্ৰমা সদৃশ জ্যোতিৰ্ত্বিদ স্থান্দৰ হাস্যযুক্ত নাদ শক্তিধৰ মহাদেব আছেন।

গুৰুদেৰা পৰায়ণ যে যোগী গুৰুপ্ৰদৰ্শিত সাধনা-ভাস বলে এই আজা চ'ক্র চিত্ত নিবিষ্ট কবিতে পাবেন, তিনি সর্বোৎকৃষ্ট স্থানিকেতন মানসাকাশে অপুর্ব পুরী নির্মাণ কবত তক্মধ্যে নিবস্থব প্রম বপবতী অগ্নিময়ী কলা ও বিবিধ জ্যোতির্ম্যরূপ সন্দর্শন কবিতে থাকেন।

এই আজ্ঞা চক্রমধ্যে গোগী সেই উজ্জ্বদীপ শিথাকে বহুসূর্য্য সদৃশ ভ্যোতিঃরূপেও দর্শন কবেন। এই স্থানে অত্যক্ষ্মল চক্রপুর্যাগ্রি মণ্ডলেব ন্যায় জ্যোতির্প্রয পূর্বৈশ্বর্যা সম্পন্ন অব্যন্ন সাক্ষা স্বৰূপ ভগ্নান বিবাজমান আছেন।

ভগবান হরিব প্রমানোদ কব নিকেতন আজ্ঞা-চক্রে যে যোগীশ্রেষ্ঠ প্রাণত্যাগকালে প্রাণ সংযোগ কবিতে পাবেন, তিনি প্রমানন্দে প্রব্রহ্মে স্মিলিত रूटवन ।

श्राद्धां हत्क यः वीष्ठ नुक वाद्व रा नयञ्चान श्राह. তাহাৰ উপৰি ভাগে মহানন্দম্বৰূপ শান্তমৰ্ত্তি ববাভ্য প্রদহন্ত বিশুদ্ধ জ্ঞানময় অর্দ্ধশিব ও অর্দ্ধশিবা অর্থাৎ হবগোবী মূৰ্ত্তি বিবাজিত আছেন। গুৰুভক্তি পৰাষণ শান্ত্রশীল যে হোগী সেই যুগল মূর্ত্তে সন্দর্শন কবিতে সমর্থ হন, তিনি সিদ্ধবাক হবেন, তাহাব আৰ সন্দে১ই নাই। সেই শিবাৰ্দ্ধ মূৰ্ত্তিব উপবে শাঙ্খিনী নাডীব শিখব **मिटन एक मृनागर्क खाटह डाहा পূर्व कविया विनर्ग खर्था**९ दिविन् भक्ति व्यर्शामा निष्कृष श्रीहास्त नाम মতি ভত্তবৰ্ধ সহস্ৰ দলমুক্ত এক পদা আছে। সেই মুদ্দব কমল অধোমুখে অবস্থিতি কবিতেচে এবং তাহাব চতুদ্দিক হইতে নবোদিত বৰিৰ অৰুণ কিব-ণেৰ ন্যাষ কিঞ্জ ছটা বিকীৰ্ণ হইতেছে। তাহাব দল স্কলে অকাবাদি ক্ষবাৰ পৰ্য্যন্ত সমুদাৰ বৰ্ণ ৰহিয়াছে।

মূলাধাব অবনি ষটচক্র ভেদ কবিয়া এই সহস্রাব নামক সপ্তম পদ্মে কুলকুগুলিনী শক্তিকে জাগবিত কবিয়া উঠাইয়া আনিতে পাবিলে যোগী সেই সহস্রাব হই'ত নিঃস্ত অমৃতধাবা পান করত নিরস্তর পবমা-নন্দে পবিপ্লুত ছইতে থাকেন।

সেই সহস্র দল সহস্রাব নামক পদ্মমধ্যে মুগচিক বিহীন অর্থাৎ অকলঙ্ক প্রম প্রিত্র অমৃতন্ত্রিশ্ব কৌম্দী যুক্ত স্থপ্রসন্ধ পূর্ণচক্র বিবাজিত আছেন। সেই চক্রের মধ্যস্থ বিহুলামরূপ ত্রিকোণ বন্ধ আছে। সেই ত্রিকোণ বন্ধের মধ্যে বে শ্ন্যস্থান বহিষাছে, তথায় সমস্ত দেব-গণ এবং গুরুবর্গ অবস্থিতি কবেন। সাধক এই ভাবে ধ্যান কবিবেন। এই শ্ন্যস্থান অভিগ্রন্থ। অতি উচ্চাঙ্গ সাধন সম্পন্ন হইতে না পার্বিলে কোন যোগিই সেই শ্ন্যস্থান পরিজ্ঞাত হইতে সমর্থ নহেন।

প্রমামোদ কব এই সহস্রার পদ্মেব নির্মান পূর্ণ-চক্রত্ব্য প্রকাশমান স্থন্ধ কন্দকে সর্বাদা গোপনে রক্ষা কবিবে। অর্থাৎ কাছাবও নিকট এই সাধনেব. কোন কথাই প্রকাশ করিবে না। এই স্থানে সিদ্ধ- গণ বর্ণিত আকাশ কপী সর্কাত্ম অকপ বিবিধ বস সংযুক্ত অর্থাৎ যোগানন্দ প্রভৃতি বস প্রদাতা অজ্ঞানা ন্ধকাৰ হৰ্তা প্ৰমেশ্বৰ শিব বিদামান আছেন। এখানে বালার্কেব ন্যাৰ অকণ বর্ণ বিশুদ্ধ মুণাল-তম্ভব খত-ভাগেব এক ভাগমাত্র সৃন্ধ তডিং-তুল্য উজ্জ্বল অথচ স্থকোমল চক্রমাব যোড়শী নামী প্রমাকলা বিবাদ মান আছেন। এইকলা নিতা প্রকাশমানা কিব অধো-মুখী। ইহা হইতে নিষ্ত পূৰ্ণানন্দ প্ৰিপূৰ্ণ পীযুষ ধাবা নিস্তত হইতেছে। অর্থাৎ দাধক যথন ধ্যানযোগে কুগকুওলিনী শক্তিকে জাগবিত কবত উত্তোলন পূৰ্কক মন্তকে আনিষা এই সহস্রাব পল্লেব প্রক্রবণ কবেন, তথন এই চলুকলা হইতে অমৃতধাৰা ক্ষবিত হইতে থাকে, কুলকুগুলিনী তাহা পান কবিষা প্ৰসানন্দ ভোগ কবিতে থাকেন। ঐ অমানামী চন্দ্রকলার অভ্যন্তবে কেশেব সহস্রাংশের একাংশের ন্যায় ফুল্লরপে প্রাং-পবা নিৰ্কাণ নামী কলা আছেন। ইনি স্কভিতেন দেনতা স্বৰূপে এবং ধঠৈ স্বৰ্ধ্যবতী। ইই বই ক্ৰুবণে নিত্য হৰজ্ঞান উংপন্ন হইষা থাকে। ইনি অদ্ধচন্দ্ৰেৰ

ন্যায এবং দ্বাদশ সূর্য্য তুল্য প্রভাবিশিষ্টা। সাধকগণ ইহাকে মহা কুণকুওলিনী বলিয়া উল্লেখ কবেন। এই স্থানে ভগবান সর্বেশ্বর প্রসহংস বাস কবিষা থাকেন। ইনি বিশুদ্ধ বুদ্ধিমান সাবককে আত্মতত্ত্তান প্রদান করেন। এবং নিবস্তব স্থধাধাবা দারা তাঁহাকে পরমা-নন্দৰসে পৰিপ্ল'ত কৰেন।

এই সহস্রাব পদ্মকে শৈবেরা শিবস্থান, বৈষ্ণবর্গণ পবম পুক্ষেব নিকেতন, অন্তেবা হবিহব দেবেব বাস-স্থান শাক্তেরা ভগ্রতীব আশ্রয়ন্থান এবং মুণিগণ প্রম পৰিত্ৰ প্ৰকৃতি পুৰুষেৰ বাসস্থান ৰলিখা কীৰ্ত্তন কৰেন। যিনি নিয়ত সংযতেক্রিয় চিত্তে সম্প্রাৰ পদ্মেৰ অভ্যন্ত-বস্থ ইষ্টদেবের স্থান জ্ঞাত হইতে পাবেন, তাঁহাব আব এ সংসাবে পুনর্কাব জন্ম গ্রহণ করিতে হয় না এবং ত্রিভুবন মধ্যে তাঁহাকে কোন প্রকার বন্ধনে আব আবদ্ধ হইতেও হব না। তাঁহার সংস্কৃত কবিত্ব শক্তি এবং ব্যোমগমন ক্ষমতা জন্মে। সেই জিতেন্দ্রিয় তপ পৰায়ণ পুণ্যাত্মা সাধু সৃষ্টি হিতি প্ৰলবে সমৰ্থ ধাৰণ করিয়া থাকেন।

এই নির্ম্বাণ নামী কলার অভ্যন্তবে কেণাগ্রের কোটি ভাগেৰ এক ভাগেৰ ন্যাৰ স্থন্মা, কোটি সূর্য্যেব ন্যায় জ্যোতির্ময়ী অতি গুছ অর্থাৎ কেবল সাধকগণেব জেষা প্ৰমাশ্চৰ্য্য নিৰ্ব্বাণ শক্তি আছেন। ইনি ত্ৰিকুৰন প্রস্বিনী এবং সর্বভূতেব জীবন স্বন্পিণী। ইনি নিয়ত প্রেমামত নিঃস্ত কবত সাধকগণেব মনে তত্ত্জানেব উদ্রেক কবেন। এই নির্বাণ শক্তিব অভ্যন্তবে কেবল যোগিজনেব জেষ প্ৰম প্ৰিত নিভা নিভানিক দাযক সকল শক্তিব আশ্রয় স্থান স্বৰূপ বিশুদ্ধ তত্ত্ববোধ প্রদাতা বিরাজিত আছেন। জ্ঞানিগণ ইহাকে প্রমন্ত্রন্ধ, ভক্তিমান বৈষ্ণববুন্দ ইহাঁকে বিষ্ণু, এবং অন্তেবা প্ৰমহংস, আৰ পুণ্যকৰিগণ ইহাঁকে অত্যাশ্চৰ্য্য মোক্ষদাতা দেবতা ব্যপে প্রিফীর্জন করেন।

বিশুদ্ধ বৃদ্ধিমান ধম নিষমশীল স্থানীল সাধক গুকমূথ হইতে দেহ অভ্যন্তবস্থ বউচক্রেব বিষয় অবগত
হওত কুলকুগুলিনী শক্তিব উত্থাপন ও ষ্টচক্র মধ্যস্থিত
মোক্ষপথ প্রকাশক ভাঁহাব ভ্রমণ ক্রম পবিজ্ঞাত হইগা
বামু ও কার্যায়ি সহযোগে অস্কুশ বীজ হুয়াব দ্বাবা কুশ-

কুওলিনীকে উত্তেজিত ও জাগ্রত কবত মূলাধাব পদাস্থ স্বযন্ত্ব লিঞ্চকে (যাঁহাকে কুলকুওলিনী শক্তি সার্জ-ত্রিপাকে বেষ্টন পূর্বাক অবলম্বন কবিষা আছেন) ভেদ কবিষা অ্যুমাব অধামুথ ব্রহ্মদাব অর্থাং যে দাবেব কাছে কুলকুওলিনী মুথ দিয়া আছেন, সেই দাব দিয়। কুওলিনী শক্তিকে প্রবেশ কলাইবা সপ্ত চক্তে ভ্রমণ কবিবেন।

সেই তভিতবং অত্যুদ্ধশ তন্ত সদৃশ স্ক্রা গ্রন্ধ সন্থা কুলক্গুলিনী দেবী ব্রন্ধ নাভীব মধ্যে প্রবেশ পূর্বক ম্লাধাবন্থ স্বয়ন্ত্র লিঙ্গ অনাহত পদ্মন্থ বাণলিঙ্গ এবং আজ্ঞাচক্রন্থ ইতবলিঙ্গ ভেদ কবত বটচক্র প্রমণ কবিধা পবিশেষে শিবস্থিত সহস্রাব অভ্যন্তবন্থ প্রদীপ্ত স্ক্র্মামে পবম বসদাতা পবমাসবে সংলগ্ন হইষা দীপ্তিমতী হবেন। এই স্থানে সংলগ্ন হইলেই অতি অনিবর্ব্ধচনীয় মোক্ষানন্দ উৎপাদন কবেন।

সমাণি বৃক্ত গুরুপাদপদ্ম যুগ্মাবলম্বী সাধক নববসমধী কুলকুগুলিনীকে জীবান্ধাব সহিত সহস্রাব পদ্মস্থিত প্রমোৎকৃষ্ট মোক্ষবাম নিবাসী নিজ স্বামী শিব-

সন্নিধানে লইষা গিষা জাহাকে ভগৰতী প্ৰাৎপ্ৰা হৈতন্য ৰূপা ইষ্টফলদাত্ৰী জানিষা ধ্যান কবিবেন।

কুলকুণ্ডলিনী যথন সহস্রাবস্থ পরম শিব ক্ষবিত লাক্ষা
তুলা লোহিতবর্ণ প্রমায়ত পানে পূর্ণানন্দ যুক্ত হয়েন
তথন সাধক ব্রন্ধনাতী দিয়া অধাদিকে কুলপদ্ম মূলে
অর্থাৎ মূলাধাবস্থ স্বয়স্থ লিন্দের মূথবদ্ধের সন্নিবানে
গনন কবিবেন অর্থাৎ তথন কুলকুণ্ডলিনীকে মূলা
ধাবে লইবা যাইবেন, এবং যাইবাব সমষে হিববৃদ্ধি
হইষা সেই দিব্যায়ত ধাবার কিষদংশ প্রত্যেক
চক্রন্ধ দেবদেবীগণকে বিত্তবণ পূর্বক প্রিতৃপ্তা
করিবেন। বোগীগণ এই দেহকে ক্ষুদ্র ব্রন্ধাণ্ড কহিষা
থাকেন।

দীক্ষাগুৰু পাদপন্মে ভক্তিমান হইবা যোগীগণ যথন।
এই বউচক্র ভেদক্রম উন্তমক্রপে পানজাত হইবা সং
যতাত্মা হওত সমাধিযুক্ত হনেন, তখন তাঁহাব কোন
বিত্র উপস্থিত হয় না। তিনি একেবাবে মুক্তি লাভ
কবেন, তাঁহাকে জার কখন সংসাবে জন্মগ্রহণ কবিতে
হয় না।

ষষ্ঠ অধ্যায়।

স্বরোদ্য।

ধীবজন্মেব সঙ্গে সঙ্গে নিশ্বাস বাব্র সংযোগ হইষা খাকে। সহজাত বলিয়া নিখাসেব অন্যত্ত্ব নাম সহজ। এই সহজ সম্বন্ধীৰ জ্ঞানলাভ ও সহজ সাধন কৰিষা সিদ্ধি প্ৰাপ্ত হইতে পাৰিলে, মহা বলবান, কামদেব তুল্য এীমান ও নীবোগী হইবা সর্বাসিদ্ধি. বাক্সিদ্ধি এবং ইচ্ছাম্য হওত পুন্যমার্গে গ্রমাগমন ক্ষমতা সহকাবে দীৰ্ঘজীবন-এমন কি অমবত লাভ কবিতে পাবা যার। আব সর্বজ্ঞ ও সর্বাপ্তর্যামী হইষা অণিমাদি ঐশ্বর্য্য লাভ কবত ভুত ভবিষ্যৎ বর্ত্তমান সকলে বর্তমানের ন্যায় বিদ্যমান দেখিতে পাওয়া যায়। ণবিষ্যের শান্তের নাম স্ববজ্ঞান বা শাবীববিজ্ঞান। এই স্বৰশাস্ত্ৰ হইতেই বেদ, আযুর্ব্বেদ ও সংগীতাদি সমস্ত শাল্তেবই আথিভাৰ হইবাছে। স্বৰণান্ত আবাৰ অধ্যাত্মবিজ্ঞানের আধান।

चत्र वा निश्रांगरे जाभारमव जीवन वा जाजाशूक्रव,

শ্বরযোগ সাধন কবিয়া আত্ম সাক্ষাৎকার লাভ কবিতে পাথিলে এই মছব্য পশুদ্বের পবিবর্ত্তে বাস্ত-বিক দেবত্বই প্রাপ্ত হন। তখন মায়ানুক্ত হওত জীব শিব হইষ। যান।

শ্বাস প্রশ্বাসে "হংস" উচ্চাবিত ইইবা থাকে। সকাবে শক্তিৰূপ এবং হংকাবে শিবৰূপ মৃত্যু। দিবা-বাত্রি মধ্যে মন্তব্যেদ ২১৬০০ একবিংশতি দহল ছয় শতবাব খাস প্রবাহিত হয়। *

সমস্ত শ্বীবে বাহাত্ত্ব হাজাৰ নাডী বাাপিয়া আছে। তন্মধ্যে ইভা, পিদ্দলাও স্থ্যুমা এই তিনটা প্রধানা। ইহাৰা প্ৰাণ বাষুৰ মাৰ্গ অবলম্বন কৰিয়া বাম নাসায় ইড়া, দক্ষিণ নাসিকাৰ পিজলা ও মধাপ্রদেশ অর্থাৎ উভ্য নাসাতেই স্থাস্যা প্রবাহিত হইতেছে। ইডা নাডী চক্র, পিঙ্গলা নাডী স্থ্য এবং স্বুদ্ধা নাডী অ্যিব তুল্য। এই সুষ্মাই কাল কপিণী।

^{*} শ্বতিশান্তে লিখিত আছে, প্রতিদিন (২১৮০০) একুশ হালার আট শতবাব নিখাস প্রবাহিত হয়। কিন্তু অমৃতবিন্দু উপ-নিষ্দে লিখিত আছে বে, দিবাৰাত্তি মধ্যে ১১৩৬৮০ একলক তের হাজাব চয় শত আশিবার খাদপ্রদাদ প্রবাহিত হয়।

চক্ত শক্তিৰপে অবস্থিত হইযা বাম নাড়ীতে এবং স্থ্য শস্ত্ৰপে পিন্ধনা নাডীতে প্ৰবাহিত হইতেছেন। বামনাসাপুটস্থিত ইডা নাডী প্ৰেণ্ঠা ও স্থাকপিণী এবং জগতের তৃথি দাঘিনী অৰ্থাৎ ইডাৱাবা যাবতীয় ভভফল প্ৰাপ্ত হত্যা থাব। দক্ষিণ নাসা বাহিনা পিন্ধলা নাডী জগতের উৎপত্তি কাবিণী। ইহাব ফলও ভভ। বন্ধাবন্ধ গামিনী মধ্যমা সুষুমা নাডী ানচুবা ও সর্ক্ষ কর্মে বিম্নকাবিণী। ইহাব দ্বাৰা সমস্ত অভভ ঘটনা ধইযা থাবে।

ইডাতে শ্বাস বহন বালে ওভকন্ম, পিঙ্গলায় স্বব বহন সমষে ক্ৰেকাৰ্য্য এবং স্থ্যুমাতে শ্বাস গণনাগ্মন কালে সিদ্ধি ও সৃক্তিপ্ৰদ কৰ্মা সকল বনিবে।

সমস্ত অহোবাতে যটি দণ্ডে শুক্লপক্ষে চক্স ও
ক্ষণপক্ষে স্থ্য নাজী আডাই দণ্ড কবিষা ক্রমে উদিত
হয়। দিবসে ইডা নাজীতে ও বাত্রিতে পিঙ্গলা নাজীতে
স্থাব চালনা কবিবে।

বিনি দিবাভাগে বামনাসাথ ও বাত্তিকালে দক্ষিণ নাসিকায় খাস বংন বাথেন, তাঁহাৰ শ্রীবে কোন পীডা হয় না, আলস্যও থাকেনা, দিন দিন চেতনাব বৃদ্ধি হয়। এই রূপে খাস বহন হইলে দাদশ বংসব অন্তে যদি তাহাব দেহে সর্প বা বৃশ্চিকে দংশন কবে, তবে ভাহাব শবীবে বিষ প্রাবেশ কবিতে পাবেনা। তিনি দীর্ঘজীবি হয়েন।

দিবা ভাগে দক্ষিণ নাসাপুট পুবাতন তুলা দিবা বন্ধ কবিয়া বাধিলে কেবল বাম নাসিকায় শ্বৰ বহন হইবে। আর বাত্রিকালে বাম নাসাবন্ধ পুবাতন তুলা দাবা বন্ধ কবিলে দক্ষিণ নাসাপুটে শ্বাম বহন হইবে। কিছুকাল এই কপে অভ্যাস কবিলেই দিবাভাগে বাম নাসাব এবং বাত্রিকালে দক্ষিণ নাসিকায় শ্বাম বহন অভ্যাস হইয়া যাইবে। তাহা হইলে আব তুলার আবশ্যকভা থাকিবেনা।

সকানেস্থিত থাদে অর্থাৎ শাস গ্রহণ সময়ে যাহা দান করা যায়, এই মর্ক্তালোকে ভাহাব ফল কোটী কোটী গুণ হইয়া থাকে।

শাস পতন সময়ে ইড়া নাজী প্রাশস্তা ও স্বৰ প্রবেশ শৌলে পিদ্লা নাড়ী শুভদাদারিনী হবেন।

মনুষোৰ স্বাভাবিক শ্বাস দাদশাঙ্গুলি প্ৰবাহিত হয়। বে ব্যক্তি কুম্ভক বোগাভ্যাস দ্বাবা এক অঙ্গুল কমাইতে পাবেন, অর্থাৎ একাদ্রশ অঙ্গুল খাস বহাইতে পাবেন, তাঁহাব নিক্ষাম মোক্ষলাভ হয়। ঐ রূপ ছই অঙ্গুলি কমাইলে অর্থাৎ দশ অন্তুলি পবিমিত খাস বহিলে সর্বাদা আনন্দ ভোগ হয়। নব অঙ্গুলি পবিমাণে খাস বহা-ইতে পাবিলে কবিত্ব ক্ষমতা প্রাপ্ত হর। অষ্ট্র অঙ্গুলি প্রমাণ শ্বাস প্রবাহিত হইলে বাক্সিদ্ধি হয়। যাহাব সপ্ত অঙ্গুলি পবিমিত খাস বহে, তাহাব স্থূদ্ব দর্শন শক্তি জন্মে। ছয় অঙ্গুল প্রমাণ খাস বছিলে আকাশে গমনাগমন ক্ষমতা হয়। পঞ্চ অজুলি ধবিমাণ স্থা বহুমান হইলে অত্যন্ত ক্রতগতি হব। বাঁহার মাস চতুরস্থূলি প্ৰিমিত প্ৰবাহিত হয়, ভাঁহাৰ অণিমা ও লখিমাদি আষ্ট্ৰ সিদ্ধি লাভ হইয়া পাকে। তিন তত্ত্বি প্রয়াণ শ্বাস वरुमान रहेरल नम्न প্रकार निधि প্রাপ্ত হয়। ছুই অঙ্গুলি মাত্র খাস বহিলে মহামায়। ভগবতীর দশ^{্নি} নায়িকা মূর্ত্তি কি বিফুব দশাবতার মূর্ত্তির দর্শন পাওয়া যাব। যিনি এক অঙ্গুলি শ্বাস বছাইতে পারেন,

তাঁহাৰ দেহেৰ ছাষা থাকে না, তিনি দেবত্ব প্ৰাপ্ত হন। আৰ যাঁহাৰ ঐ ছাদশ অঙ্গুল পৰিমাণ খাস সমস্তই একেবাৰে কমিয়া কেবল অন্তৰ মধ্যেই প্ৰবা হিত ছইতে থাকে, তিনি পৰমান্তাৰ সহিত জীবাত্মাকে সন্মিলিত কৰত: যোগ প্ৰভাবে শ্ৰীবন্থ গলা নামক তথি সম্ভূত অমৃত বস নিত্য পান কৰত অমৰ হবেন।

দিবাবাত্র ৬০ দণ্ড বা ২৪ ঘণ্টায় শুক্লপক্ষে চক্র ও ক্লফপক্ষে স্থ্যনাডী ২॥০ আডাই দণ্ড কবিয়া বা প্রতি ঘণ্টায় ক্রমে উদিত হয়।

শুক্লপক্ষেব বাম নাজী ও রফপক্ষে দক্ষিণ নাজী বহে।
শুক্লপক্ষেব প্রতিপদ, দিতীনা, তৃতীবা, সপ্তমী, অষ্টনী,
নবমী, ত্রবোদনী, চতুর্দনী ও পূর্ণিনা তিথিতে, আর
কৃষ্ণপক্ষেব চতুর্থী, পঞ্চমী, ষষ্ঠা, দশমী, একাদনী ও
ভাদনী তিথিতে পূর্যোদিব কালে প্রথম বাম নাসিকা
পুটে বালু বহন আবম্ভ হইয়া এক ঘণ্টা কাল স্থিতি
থাকে। ঐকপ কৃষ্ণপক্ষেব প্রতিপদ, দিতীবা, তৃতীবা,
সপ্তমী, অষ্টমী, নবমী, ত্রবোদনী, চতুর্দ্দনী, অ্যাবস্থা এবং
শুক্লপক্ষেব চতুর্থী, পঞ্চমী, ষষ্ঠা, দশমী, একাদনী এবং

দ্বাদশী তিথিতে সূর্য্যোদ্য কালে প্রথমতঃ দক্ষিণ নাসাপুটে খান বহন আবম্ভ হইয়া এক এক দণ্টা ক্রমে প্রতি নাসিকাব ১২ বাব হিসাবে উভষ নাসি-কাষ ২৪ বাব সংক্রমণ হইনা থাকে। ইহার ব্যতি-ক্রুমে বিপবীত ফল অর্থাৎ পীডাদি অশুভ ঘটনা হয়।

বামস্বব বহিবাব সময় বামস্বব এবং দক্ষিণস্বর বহিবার সময় দক্ষিণস্বব প্রবাহিত হইলে দিবসে ও বাত্রিতে সমন্ত কার্য্যই স্থাসিদ্ধ চইষা থাকে।

শুক্লপক্ষেন দ্বিতীয়া তিথিতে ৰবিবাবে যদি ইডা নাড়ী বহে, তাহা হইলে পুরুষেব লাভ হইবে। সোম-বারে বহিলে স্থখ সম্ভোগ ঘটিশা উঠে।

প্রভাত ও মধ্যাছে বামনাসায় এবং সায়াছে मिकिन नामात्र अप पहन हरेल निजा खरमांज हरेता। আব ইহার বিপরীত হইলে অর্থাৎ প্রাতে ও দিপ্রহর বেলার দক্ষিণ নাসা এবং সন্ধ্যাতে বাম নাসা বহিলে তাহার ফল ছঃখন্তনক হইবে।

প্রাত্তকালে ইডানাড়ী ও সায়ংকালে পিঙ্গলা नाष्ट्री छेनिक मा इहेल, मधाक्रकालक भन्न इहेल्ड ইডা ও মধ্য বজনীব পব হইতে পিঞ্চলা নাডী উদিত কবিবে।

সোম, বুধ, বুহস্পতি ও ভক্রবাবে ইডা নাডী অৰ্থাৎ বাম নাসায স্থব বহন কালে যে কোন গুড় कर्म करा माम, जाहारक एक एवा बांख हरेग। थारक। বিশেষতঃ শুক্রপজেই ইহা অধিকত্ব সিদ্ধিদাযিনী হয়।

> সোম শুক্তে বধে বাম। হেলে লক্ষা জিনে দাম।

ববি, মঙ্গল ও শেনিবাবে পিঙ্গলা নাডী অর্থাৎ দিজিণ নাসায় স্থব বহনকালে যে সকল কার্যা করা শায়, তৎসমন্তই স্থাসিদ্ধ হইয়া থাকে। বিশেষতঃ কৃষ্ণ পক্ষে উহা অতিশ্য স্থপ্রথশস্ত হয়।

নাসাপুটে স্বৰ বহন কালে পূর্ম ও উত্তবে গমন কবিবে না এবং দক্ষিণ নাসাপুটে শ্বাস প্রবাহিত সমষে मिक्किन ও शिक्टम बाला कदित्व ना। बाला कात्न मिकन নাসায বাযু বহন হইলে দক্ষিণ চবণ অগ্রে বাডাইবে অথবা বাম নাসিকায় স্বব প্রবাহিত হইতে থাকিলে বামপদ অথ্যে বাড়াইয়া গৃহ হইতে বহিৰ্নত হইবে ৷

সম্পদ কার্য্যাদিব নিমিন্ত যাত্রা কবিতে হইলে বাম নাসাপুটে যখন স্থব বহিতে থাকিবে, তখন গমন কবিবে এবং ক্রুব কর্ম্মাদিন জন্য যাত্রা কবিতে হইলে দৈক্ষিণ নাসা পুটে স্বাস বহন কালে গমন কবিবে, তাহাতেই কার্য্যাসদ্ধ হইবে। শনি ও শুক্রবাবে সাত্বাব , রবি, সোম, মঙ্গল ও ব্ধবাবে একাদশবাৰ, এবং বহম্পতিবারে অর্ধবাব মৃত্তিকাতে পদক্ষেপ কবিষা বহির্গত হইলে শুভ্কল লাভ হইনা থাকে।

ষে দিকেব নাসায় বাষু বহিতে থাকিবে, সেই
দিকের কবতল মুখে স্পর্শ কবিষা নিজ্ঞোখিত ব্যক্তি
প্রাতঃকালে শ্যা হইতে গাভোখান কবিবে, তাহা হইলে
তাহাব ইউসিদ্ধি হইবে।

বিপদ বা হানিব কাবণ উপস্থিত হইলে, শত্রুর
সহিত বিবাদেব জক্ত বাইতে হইলে, শীঘ্র গমনেব
প্রয়োজন হইলে যে নাসাধ শাস বহিবে, সেই অক্টে হস্তস্পর্শ কবিয়া যাত্রাকালে ইডানাড়ী বহন সময চাবি
বাব ও পিঙ্গলা নাডী বহন কালে পঞ্চবার মৃত্তিকায়
শদ নিক্ষেপ করিয়া যাত্রা করিবে, ভাহা হেইলে সকল

প্রকাব বিপদ বিহীন হইষা সচ্ছন্দে গৃহে প্রত্যাগভ হইবে।

বাম নাসা বহন কালে সর্পাদি বিষনাশ, দক্ষিণ নাসা বহন সময়ে বালিকা বশ ও উভষ নাসা অর্থাৎ স্ব্রা প্রবাহিতাবস্থায় যোগাদি মৃক্তি লাভেব কার্য্য কবিবে। একট বাষ্ ত্রিবিধ পথে থাকিয়া তিন প্রকাব কল দান কবিষা থাকে।

ইডানাজীতে অগ্নি, বায় ও আকাশ তত্ত্বে উদয় কালে শুভকর্ম কবিবে না।

ঈথব হইতে আকাশ, আকাশ হইতে তেজ; তেজ হইতে জল ও জল হইতে পৃথিবী সমৃত্তা হয়। ইহাদের নাম পঞ্জজ্ব। এই পঞ্চতত্ব হইতে ব্ৰহ্মাণ্ড উৎপন্ন হইবাছে।—

এই পঞ্চতত্ত্ব সমস্ত দিবাবাত্ত্বে বৃষ্টি দণ্ডমধ্যে প্রেতি আডাই দণ্ডে এক এক নাসিকায উদিত হয়।

পৃথীতত্ব ২০ মিনিট, জল তার ১৬ মিনিট, অগ্নিতর
১২ মিনিট, বায়ুতত্ব ৮ মিনিট ও আকাশতত্ব ৪ মিনিট
ভারতি করে।

इहे हरखन इहे निकांश्रण बाना इहे कर्नामं, इहे भगामाञ्चल बाना इहे नामाञ्चल, इहे व्यनामिका ७ इहे किनिश्चेश्रण बाना मूथ धनः इहे व्यक्ती बाना हम्भ वक्ष किनिया शीवनर्ग कृष्टे हहेला श्रीवी च्या, या नर्ग हृष्टे हहेला व्यावव्य, वक्त क्ष्टे हहेला व्यावव्य, व्याव्य कृष्टे हहेला व्याव्य क्ष्टे हिन्दू विनिध्य हिन्दू विन्त्य व्याव्य क्ष्टे हिन्दू विनिध्य हिन्दू विनिध्य हिन्दू विन्त्य व्याव्य क्ष्टे हिन्दू विनिध्य हिन्दू हि

মুখমধ্যে এক গণ্ডূষ জল গ্রহণ কবিবা ফুংকাবের সহিত উর্দ্ধে নিক্ষেপ কবিলে, সেই জল পৃথিবীতে পতিত হওন সমবে যে বর্ণটা বিশেষ কপে লক্ষিত হইবে, তদমু-সাবে তক্ত নির্ণষ কবিবে।

দর্শবেব উপর খাস ত্যাগ কবিলে তাহাতে যে বাষ্প নিপতিত হয়, তাহা চতুষোণাকাব হইয়া বিলীন হইলে পৃথিবী, অর্দ্ধচন্দ্রবং হইলে জল, ত্রিকোণ হইলে অগ্নি, গোল হইলে বাযু এবং বিন্দু বিন্দু হইলে আকাশ তবের উদয় ব্রিতে হইবে।

খাস নিকেপ কালে অঙ্গুলি ছারা পবিমাণ কবিলে
যদি অষ্ট অঙ্গুলি পর্যান্ত দীর্ঘ হয়, তবে বায়ুত্তর, চারি

অঙ্গুলি পবিমিত হইলে অগিতৰ, দাদশ অঙ্গুলি পবিমিত হইলে পৃথিবী তত্ত্ব ও ষোডশাঙ্গুল পবিমাণ শ্বাস বহমান হইলে জ্বতত্ত্বের উদৰ হইষা থাকে।

পৃথিবী তত্ত্বে উদযে মিষ্ট, জলতত্ত্বে মিষ্ট ও ক্ষায়, অমিতত্ত্বে তিক্ৰ, বাৰুতত্ত্বে অম ও আকাশতত্ত্ব কচ্সাদ অমুভূত হয়।

পৃথিবী ও ধন তত্ত্বোদৰে কোন কাৰ্য্য কবিলে সিদ্ধি হইবে। অগ্নিতত্ত্বে মৃত্যু, বাণুতত্ত্বে কর ও আকাশতত্ত্ব কার্য্য হানি হয়।

অগ্নিতৰেব উদদে মাবণ, জনতত্ত্বেব উদদে শাস্তি, বাযুতত্ত্বেব উদদে উচাটন, পৃথিবী তত্ত্বেব উদদে স্তম্ভন এবং আকাশতত্ত্বেব উদ্ধে মোক্ষ কাৰ্য্য কবিবে।

সপ্তম অধ্যায়।

यम नियमां कि।

অহিংসা, সত্যা, অন্তেষ, ত্রহ্মচর্য্য ও অপবিগ্রহ এই পঞ্চবিধ আচাবকে যম বলা যায়।

শোচ, সন্তোষ, তপস্যা, স্বাধ্যায় ও ঈশ্বর পূজা এই পাচ প্রকাবকে নিবম বলে।

চবণ ও কবাদি বিন্যন্তেব নাম আসন। বেচক, পুবক ও কুন্তক পূর্বকি নিখাসবায়ু নিবোধ কবাকে প্রাণাযাম বলা যায়। বিষয় হইতে মনকে নির্ত্ত কবাকে প্রত্যাহাব বলিষা থাকে।

একাগ্রচিত্তে ঈশ্বর চিন্তা কবাব নাম ধ্যান। পবি-মিত সময পর্যান্ত ধ্যেয় পদার্থ হইতে মন বিচলিত না হইলে ধাবণা বলিয়া উল্লিখিত হয়।

একাগ্রতাব সহিত মনোনিবেশ পূর্ব্বক ধ্যান ধাবণা করিতে কবিতে বাহুজ্ঞান বহিত হইয়া প্রমাত্মান্তে অবস্থিতি কবাকে সমাধি বলিবা থাকে।

অহিংদাই প্রম ধর্ম। ভূতগণের প্রতি হিংদা বৃদ্ধি

পরিত্যাগকে অহিংসা বলা যায়। অহিংসা প্রায়ণ ব্যক্তিব সকল কমাই ধর্মপ্র ইইয়া থাকে। হিংসা দশ প্রকাব;—উদ্বেগ জন্মান, সন্তাপ প্রদান, পীডাদান, রক্তপাত কবন, ধনতা কবন, অহিত ক্যন, স্থাপ-হ্বন, মন্মান্তিক ববন, সংবোধ ও বধকবন। সজ্জনগন মৃত্ব পূর্বক এই দশ্বিধ হিংসা প্রিত্যাগ ক্রিবেন।

সভাই সনাতন ধনা। ঈশব সতা স্বৰণ। সকল প্ৰকাব ধৰ্মাচাব হইতে সভাই গুক্তম। ভূতগণেব অত্যম্ভ হিতকৰ বচনকেই সভা বলা বাব। সভা বলিবে, প্ৰিথবাকা কহিবে, সভা অণচ অপ্ৰিথ বাকা প্ৰবোগ ক্ৰিবেনা এবং প্ৰিন অণচ মিথা। কথা বলিবেনা, ইহাই ধৰ্মেব মৰ্ম্ম।

অন্তেম অর্থাৎ অচোর্য্য। অতথ্য কাচার ধনাদি হরণ কবিবে না, কিম্বা প্রধন হবণে মননও কবিবে না। পর্ব্রেরা লোভ করিলে চৌর্য্যাপনাধে লিপ্ত হইতে হয়। ঋণাদি স্বরূপে প্রক্রব্য গ্রহণ করিয়া পরে তাহা প্রত্যর্পণ বা প্রিশোধ না করিলে চুবি গণ্য হইনা। ধাকে।

ব্ৰহ্মচৰ্য্য অৰ্থাৎ মৈথুন পৰিত্যাগ। মৈথুন অষ্ট-প্রকাব। স্ববণ কীর্ত্তন, কেলি, প্রেক্ষণ, গুহুভাবণ, সঙ্কল্ল, অধ্যবসাধ ও ক্রিধানিম্পত্তি। গৃহস্থযোগী এই অষ্টবিধ মৈথুন যত্নপূর্মক পবিত্যাগ করিয়া ভগবতী আদ্যাশক্তিব অংশ বলিষা পৰ্ঞীকে সৰ্মদা জননী সমান জ্ঞান কবিবেন। তাহা হ'ইলে তাঁহার ' চিত্ত কখনই কামবলুষিত হইবে না। ব্ৰন্সচৰ্যাবল্ধী গৃহস্থ 'কেবল ঋতুকালে আপন ধর্মপত্নীব নিকট গমন কবিলে পাপ ভাগী হইবেন না, ববং ধর্মবক্ষাব জন্য পুণ্য ভাগী ইংবেন সন্দেহ নাই।

অপবিগ্রহ অর্থাং বছবিধ দ্রব্য বা বিপুল সম্পত্তি সংগ্রহ কবিবে না। তাহা করিলে সেই বিষয় বক্ষাদি চিন্তাৰ মন নিয়ত সন্নিবেশিত থাকিলে ঈশ্বৰ চিম্ভার বডই বাাঘাত হইয়া উঠিবে। একারণ প্রযোজনাতিবিক্ত ধন ও দ্রবা সঞ্চয় কবিবে না।

শৌচ--বাহাভ্যস্তবহৃতদে ছই প্রকার। মৃত্তিকা ও জনদারা বাহণ্ডদ্ধি এবং চিত্তদারা অভ্যন্তব শুদ্ধি হয়। এই উভয়্বাবা বে শুদ্ধি, তাহাকেই শুচি বলা বায়।

मरत्वीय-यनकाव्यस्य नक्ष ज्ञारा जृष्टिनाज्यक मरत्वाय বলা যায়। শুদ্ধভাব বিশিষ্ট সম্বষ্টচিত ঈশ্ববাধনাৰ পক্ষে অতি উপযুক্ত।

তপদ্যা-মন ও ইব্রিবগণেব একাগ্রতাই তপস্তা নামে উক্ত হয়। সেই তপস্যাই সর্বা ধর্ম্ম হইতে শ্রেষ্ঠ বলিবা আভহিত হইয়া থাকে। তপস্যা তিন প্রকাব কাথিক, বাচিক ও মানসিক। দেবপূজাদি কাযিক, মন্ত্ৰ জপাদি বাচিক এবং বাগদ্বেষাদি বৰ্জন মানসিক। অধিকাবী ভেদে বৈদিক বা তান্ত্ৰিক মতে বিষ্ণুব জ্বপ ও পূজানি কবা কর্ত্তব্য।

সাধ্যায—অধিকানী ভেদে বেদ, বেদান্ত ও ভাগ-বতাদি নিষম পূর্বক নিত্য অধ্যয়ন ও প্রবণ কবা মুক্তি কামী যোগীৰ অবশ্ৰ কৰ্ত্তব্য কৰ্ম, তাহাৰ আৰু সন্দেহ নাই।

ঈশবপূজা—দ্বিবিধ , বাহ্ন ও মানসিক। ফুল, চন্দন ও वाजरभाश्रांत निरवागीन अवान शूर्वक गद्य ଓ चन्छोनि বাদ্যদাবা পূজা কৰাকে বাহাক পূজা বলে। আৰু ভক্তি कृत्य व्यमाञ्चलय अक्षाहलन. श्रीिहित्तत्वमा नात्न ভগবানেৰ পূজা কৰিলে মানসিক পূজা কবা হয়।
ফলতঃ ি বাহ্যিক কি মানসিক, ভক্তি বিহীন পূজা
ভামসিক গুজা বলিয়া উলিখিত হইয়া পাকে।

অফ্টম অধ্যায়।

আসন।

পদ্মাদি যে সকল আসন উক্ত আছে, সেই আসন
বদ্ধ হইষা কুশাদি পীঠে উপবেশন পূৰ্ব্বক চিত্ত ও
ইক্সিয় স্থিৱ কবত একাগ্ৰামনে প্ৰমান্ধাৰ ধ্যান কবিবে।

অনেক প্রবাব আসন আছে, তন্মধ্যে নিম্নে কবেক প্রকাব আসনেন চিত্র সহিত বিবৰণ লিখিত হইল। সাধক সহজ আসন-গুলি মনোনীত কবিরা যোগ সাধনে প্রবৃত্ত হইবেন।

বদ্ধ পদ্মাসন।

প্রিম উদ্ধব উপবে দক্ষিণ চবণ ও দক্ষিণ উক্র উপরে বামচরণ সংস্থাপন পূর্বক পৃষ্ঠদেশ হইতে হুই হস্ত ছারা ছই পদেব বৃদ্ধাঙ্গুলি দৃচকপে ধাবণ করিবে এবং বক্ষন্থলে দাভি বাথিষা নাসিকাব অগ্রভাগ অবলোকন কবিবে।

মুক্ত পদ্মাসন।

বাম উক্ব উপবে দক্ষিণ চবণ ও বাম হস্ত এবং দক্ষিণ উক্তর উপবে বামচবণ ও দক্ষিণ হস্ত উত্তান ভাবে সংস্থাপন পূর্বাক দন্তমূলে জিহ্বা স্থাপিত করিয়া বক্ষ ও চিবুক উন্নত বাথিয়া নাসাগ্রভাগ দৃষ্টি কবিতে থাকিবে।

যোগাসন।

উভয় চৰণ চিত কবিদা তত্পবি হই হস্ত চিত কবিয়া সংস্থাপন পূৰ্ব্বক নাসাগ্ৰভাগ অনলোকন কবিবে।

স্বস্থিকাদন।

উভয় জামুও উক্ব মধ্যে উভ্য পদত্তল সংস্থাপন করত ত্রিকোণাকাব আসনবদ্ধ হহিয়া সবল শরীবে উপ-বেশন করিবে।

সিদ্ধাসন।

এক গুণ্মবাবা গুয়দেশ নিপীড়িত পূর্বক অপব গুণ্ফ

লিঙ্গের উপব বাখিষা অবক্র-শবীবে উর্দ্ধ দৃষ্টিদ্বাবা উভয় অব মধ্যস্থান অবলোকন কবিতে থাকিবে।

বীরাসন।

এক চৰণ এক উক্দেশে সংস্থাপিত কৰিব। অন্ত পাদ পশ্চাভাগে বাধিতে হইবে।

শ্বাসন।

শবেব মত চিত হইযা ভূমিতে শয়ন কবিয়া থাকিতে হইবে।

वृक्ष मन ।

বাম উরুম্লে দক্ষিণ পাদ বাখিযা ভূমিতে রক্ষের স্থার সরল ভাবে দগুরিমান হইনা থাকিবে।

ভুজঙ্গাসন।

চবণের বৃদ্ধাপুলি অবধি নাভি পর্যান্ত সমস্ত অধোভাগ ভূমির উপবে বিশুস্ত কবিশা হুই কবতল ছাবা ভূমি ধারণ পূর্বক সর্পের ক্রাণ উর্দ্ধে মন্তক উন্ভোলিত করিয়া ধাকিবে।

উৎকটাসন।

চুট পদেব বৃদ্ধাঙ্গুনি ছাবা ভূমি ধানণ কবত বিনাব-লম্বনে ছুই গুন্ক শূন্য বাধিষা সেই গুল্ফ যুগেব উপবে গুঞ্দেশ স্থাপিত কবিবে।

বজ্ঞাসন।

ছই জঙ্গা বজাকাব কৰিব। পদৰৰ গুহুদেশেৰ তুই পাৰ্শে স্থাণিত কৰিবে।

নবম অধ্যায়।

প্রাণাযাগ।

মূথ ক্রমশঃ উন্নমিত কবত স্বীর শবীবস্থ প্রাণবানুর নিরোধ কবাকে প্রাণাযাম কলে।

অঙ্গুলিদাবা। নাদিকাপুট নিপীতিত কবিষা উদবন্থ বায় বেচন অর্থাৎ নির্গত কবিবে, বেচন হেতৃক ইহাকে বেচক বলা বায়। উক্তর্মপে নাদিকা দিয়া বাহ্য বায় দ্বানা দেহ পূর্ণ কবিবে, পূবণ হেতৃক ইহান নাম পূবক হইবাছে। অন্তঃস্থিত বাষু মোচন কৰিবে না এবং বহিঃস্থ বাষু গ্ৰহণপ্ত কবিবে না , সম্পূৰ্ণ কুম্ভবং অচল হইয়া অবস্থিতি কবিবে : ইহাকে কুম্ভক কছে।

এই নপে প্রাণাযাম দানা প্রাণ জগ কবিতে পারিলে,
বিগাঁত স্বান্ন হইলা শ্বীব ক্রনশঃ কি বাহিক কি
আত্যস্তবিক, উভগ বিধ্যেই পবিত্রতা লাভ কবিতে
থাকে। আবোগ্য, শীত্র-গামিত্ব, উৎসাহ, স্বব-সোষ্ঠব, বল, স্থানিকতা ও প্রসন্নতা দেহমণ্যে নিত্য অবস্থান
করে। সর্বাদোশ ক্রণই প্রাণাশামের ফল।

প্রাণাখাম বলে জ্ঞান বৈবাগ্য ষোগে ইন্দ্রিগগণকে জয় কবিতে পানিলেই সকলই জ্ব কবা হয়। ইন্দ্রিখগণকেই স্বর্গ নবকেব কাবণ বলিষা সানুগণ ভূষঃ ভূষঃ ইন্দ্রিখ স্বর্গ করিতে ফাদেশ কবিবাছেন।

প্রাণানান-কশা এবং জ্ঞান-বৈধাগ্য-বশ্বিদ্বালা মন সাবথি ইন্দ্রিগ-অশ্ব সংবোজিত শ্বীব-বথকে সন্মার্গে চালাইতে পাদিশেই মঙ্গগ, নতুবা ঘোৰত্ব অন্ধকাবমর মৃত্যু সাগবে নিপতিত হওত অনস্তকাল নবক বন্ধণা ভোগ স্বিতে হইবে।

মল ও কলুৰ বুক্ত নাডীব মধ্যে বাণু প্ৰবিষ্ট হয়না; স্থতরাং প্রাণায়াম ভির কলুর ও মলপূর্ণ শরীব কথনই শুদ্ধ হইতে পাবেনা। এজন্ত যোগশিশার্থি ব্যক্তিকে সর্ব্ব প্রথমে প্রাণাশম শিক্ষা কবিতে হইবে। এবং আছাবাদি বিষয়েও তাঁহাকে সাবধান হইতে হইবে। নতুবা তিনি বোগশিক্ষায় অধিকাব প্রাপ্ত হইবেন না।

বেচক অর্থাৎ খাস ত্যাগ করা , পূবক অর্থাৎ খাস প্রবিষ্ট কবান, এই প্রক্রিয়া পরিহাব প্রঃসব বাষ্ ধাবণ ক্বত স্থাথে অবস্থান কবিতে পাবাৰ নাম প্ৰাণাধাম।

ষোগাভ্যানেব প্রথম কার্য্যই কুম্বক অর্থাৎ শ্বাদ বোধ করা। প্রাণায়াম দ্বাবা ইহা ক্রমশঃ অভ্যাস কবিতে হয়। প্রাণায়ান ত্রিবিধ, বেচক অর্থাৎ খাসত্যাগ, কুন্তক প্রত্থাৎ স্বাসনোধ, এবং পূবক অর্থাৎ স্বাস-প্রবিষ্ট কবান।

প্রথমতঃ দক্ষিণ হস্তের অঙ্গুষ্ঠ ছারা দক্ষিণ নাসিকা क्ष कवळ वाम-नामा-वस् निया यथामाशा मःशा शृक्क বাষ পূৰণ কৰিবে । পৰে দক্ষিণ নাসিকা অঙ্গুষ্ঠ ছারা এবং বামনাদিকা অনামিকাও কনিষ্ঠাঙ্গুলি হারা রোহ কবিয়া মধ্য নাড়ীবন্ধ্রে যথাশক্তি সংখ্যা পূর্বক কুম্বক অর্থাৎ ঐ পূবিত বাষুকে শুস্তিত কবিবে। তদনস্তর অনামিকা ও কনিষ্ঠা দারা বাম নাসিকা অববোধ করিয়া দক্ষিণ নাসিকা দিয়া অল্পে অল্পে বেচক অর্থাৎ শ্বাসত্যাগ কবিবে। প্রবর্ধাব বাম নাসিকা বদ্ধ কবত দক্ষিণ নাসিকা দিয়া যথাসাধ্য সংখ্যা পূর্বক বাষু পূবণ করিমা তাহা মধ্য নাজীতে স্তম্ভিত কবিবে এবং দক্ষিণ নাসিকা ক্ষমকবত বাম নাসিকা দারা ঐ পূবিত বায়ুকে ক্রমে ক্রমে সংখ্যাত্মসাবে পবিত্যাগ কবিবে।

প্রাতঃকাল, মধ্যাহ্ন, সায়ংকাল এবং নিশিথকালে এই চাবিবাবে বিংশতি সংখ্যান্ত্রসাবে কুপ্তক করিবে। এই রূপে ক্রমে অভ্যাস কবিলে বহুক্ষণ কেন, বহুকাল পর্যান্ত বান, বোধ কবিয়া রাখিবাব শক্তি জন্মিবে। এই প্রকাব প্রক্রিয়া কবিয়া কুপ্তকসিদ্ধ হইতে পাবিলে মনুষ্য সমস্ত ব্যাধি হইতে বিমুক্ত হওত স্বস্থ শরীরে, সৌন্দর্য্য বৃদ্ধির সহিত দীর্ঘজাবী হইতে পারিবেন। জার সিদ্ধপুক্ষ হইয়া জিখব সদৃশ হইবেন।

কুম্বক সাধন অত্যন্ত ছুক্ছ ব্যপাব, বিশেষ সাবধান ও

সতর্কতাব সহিত এই কার্য্য কবিতে হয়। প্রথম অভ্যাস-কালে আহাবান্তে অথবা ক্ষ্ণার্ত্ত হইযা এই কার্য্যে কথনই প্রবৃত্ত হইবেনা।

কুন্তক করণ সময ভিন্ন দক্ষিণ নাসায স্বব অর্থাং নিশাস বহন কালে ভোজন এবং বাম নাসিকার নিশাসবায় প্রবহন সমযে শামন কবা যোগীব কর্ত্তব্য , কেননা দক্ষিণ নাসাস নিশাস প্রবাহিত কালে তুলকুগুলিনী দেবী জাগনিত এবং বাম নাসিকায খাস বহন সমরে নিজিত হইশা থাবেন।

প্রাণাগান সাধন কবিবাব পূর্ব্বে স্থান ও কাল নিকপণ
পূর্বক পবিমিত ভোজন অভ্যাস ও নাতী শুদ্ধি কবিতে
হইবে। তাব পব পবিত্র নির্ভ্রেন স্থানে গোপনে মুগাজিন,
ন্যান্তর্ব্ব, কুশাসন, কম্বল বা মৃত্তিকাসনে পূর্ব্ব বা উত্তবাস্যে
উপবেশন পূর্ব্বক প্রাণাযাম আচবন কবিবে।

মলাকুল নাডী সকলেব মধ্যে ডালকপে বাবু সঞ্চাবিত হয় না, স্কুলাং প্রাণাগাম সাধনে ও তত্ত্তানে বিল্ল হইরা থাকে, এজন্ত প্রথমে নাড়ী শুদ্ধি কবিবে।

বীজ মন্ত ছারা ও ধৌত কর্ম্ম ছারা নাড়ী গুদ্ধি কবিজে

হয়। গৌত কর্ম পূর্বে নিথিত হইগাছে, এক্ষণে অঞ্চ প্রকান নাডী শুদ্ধি প্রকরণ নিথিত হইতোছ।

अन्भारित भाषामान किन्या छेभरनभन भूक्तिक अर्वा वि ষ্ঠাস কৰিবে। পৰে ধুত্ৰবৰ্ণ ও তেজোমৰ বায় তত্ত্বে বীজ যং ধান কৰিষা তাহা বোডশ মাত্ৰা জ্বপ সংখ্যা দারা বাম নাসাপুটে বাযু পূবণ কবিবে এবং উহা চকু:যৃষ্টি মাত্রা সংখ্যা জপ পূর্কক কুন্তক দাবা বায়্ ধাবণ কবিবে। **আ**ধ বত্রিশ সাত্রা জপ কবিয়া দক্ষিণ নাসাপুটে বায়ু বেচন কবিবে। পবে নাভিনূল হইতে অগ্নি তল্বকে যোগবদল উখিত কবিষা তাগাৰ সহিত পৃথিবী-তত্ক সংযুক্ত কৰত ধ্যান কবিবে। তৎপবে অগ্নিতত্ত্বে বীজ বকাদ যোডখ মাত্রা জপ সংখ্যা দ্বাবা দক্ষিণ নাসাপুটে বাযু পূবণ করিবে। ঐ রূপ চতুঃষ্টি মাত্রা দ্বানা কুন্তুক পূর্ব্বক বাযুধানণ কবিবে। এবং বত্তিশ মাতা জ্বপ দ্বাবা বাম নাসাপুটে বায় বেচন কবিবে। পরে নাসাব অগ্রভাগে ভেগংস্পাসয় চক্ৰবিম্ব ধ্যান কৰিয়া ঠংবীজ মোডশ মাত্ৰা জপ দারা বাম নাসা পুটে বাযুপূনণ করিবে। জলতত্ত্ব বীজ বকাব চকুঃষষ্টি মাত্রা জ্বপ দারা স্বযুমা নাডীতে কুন্তক

পূর্মক বায় ধাবণ কবিবে। আব ঐ নাসাগ্রন্থিত চন্দ্রবিষ নিঃস্থত অমৃত ধাবা প্লাবন দ্বাবা দেহস্থ সমস্ত নাজী প্রকালিত হইতেছে, এইনপ ধানি কবত ফিতিতত্বেব বীজ লকাব বত্রিশ মাত্র। জপ দ্বাবা দক্ষিণ নাসা দ্বাবা বায়ু বেচন কবিবে।

কিব্বপে প্রাণাধাম কবিতে ১ইবে. ভাহা একণে বর্ণন কবিতেছি। প্রথমে উদ্ভীবান বন্ধ কবত অকারকপী রছোগুণ বিশিষ্ট বক্তবর্ণ ত্রন্ধাকে ধ্যান পূর্মক বোডশ মাত্রা সংখ্যা অংবীজ জপ দাবা বাম নাসা বন্ধে ৰায় পূবিত কৰিবে। পৰে উকাৰৰপী সম্বত্তণ বিশিষ্ট ক্লঞ্চবৰ্ণ বিষ্ণুকে ধ্যান কৰিব। চতঃষষ্টি মাতা উং বীজ জ্প দ্বাবা কুন্তক পূর্ব্বক বাযু ধাবণ কবিবে। তদনন্তব মকান্ত্রপী তমোগুণ বিশিষ্ট ভক্ন বর্ণ শিবকে ধ্যান ক্বত দ্বাত্রিংশ মাত্রা মং বীজ জ্বপ ছাবা দক্ষিণ নাসা বন্ধ দিয়া বায়ু বেচিত কবিবে। পুনৰ্কাৰ উক্ত প্ৰকাবে ঐ সকল বীজ মাত্রা সংখ্যা জ্বপ দাবা বাযুকে দক্ষিণ নাসায় পুরিত, কুন্তক দাবা ধাবণ এবং বাম নাসা দিয়া ক্রমশঃ বেচিড কবিবে। এইকপে অনুলোম ও বিলোম জন্ম পুনঃ পুনঃ প্রাণায়াম সাধন করিবে। কুম্বক কবিবাব কালে তর্জনী ও মধ্যমা ব্যতীত কনিষ্ঠা ও অনামিকা এই ছই অঙ্গুলি দ্বাবা বাম নাসা ও কেবল বৃদ্ধান্ধুষ্ঠ দ্বাবা দক্ষিণ নাসিকা বদ্ধ কবিবা বাযু ধাবণ কবিবে। প্রাণা-য়াম সাধনে প্রকে বিংশতি মাত্রা কুম্বকে অণীতি মাত্রা আর বেচকে চল্লিশ মাত্রা সংখ্যা জগ করিতে পারিলে উত্তম প্রাণায়াম হইনা পাকে। উত্তম প্রাণায়াম সিদ্ধ-যোগী দিব্যজ্ঞান লাভ করিষা পর্মানন্দ ও অতি অপূর্ব্ধ স্থ্য সম্ভোগ কবিতে পাবেন এবং তিনি আকাশ পথে গ্যমনাগ্যন কবিতে সক্ষম হ্যেন।

কুন্তক—প্রথমে জালন্ধব বন্ধ মুদ্রা কবিরা দক্ষিণ নাসাপুটে বাযু পূবণ কবতঃ যদ্ধেব সহিত কুন্তক পূর্বক সেই
বায়ু ধাবণ করিবে। নথ ও কেশ হইতে যেদ নির্গত
না হওয়া পর্যান্ত ধৈর্য্য সহকাবে কুন্তক কবিবে। এই
কুন্তক করণ কালে প্রাণ ও অপানাদি বায়ু সমূহকে
পর্যানাতী দ্বাবা ভেদ কবিশা সমান বাযুকে নাভিমূদ
হইতে উদ্ধৃত কবিবে। পরে বাম নাসাপুটে সম্পূর্ণ
বেগেব সহিত ক্রেমশঃ বেচন করিবে। আবাব দক্ষিণ

নাসাপ্টে শিক্ষণা নাজীতে পূবক, স্ব্য়াতে কুন্তক ও বাম
নাসাপটে ইজা নাজী দ্বানা বেচক কবিবে। এই ৰূপে
পুনঃ পুনঃ অভ্যাস পূৰ্ব্বক যোগ সিদ্ধি কবিতে যদ্ধান

ইবৈ। কুন্তুক সিদ্ধ ইইলে ক্লকুগুলিনী শক্তি জাগবিতা

হযেন।

প্রাণ, অপান, সমান, উদান ও বালে এই পঞ্চ বায়্

অন্তঃস্থা, নাণ, কৃর্ণা, ক্রকণ, দেবদন্ত, ও ধনঞ্জয় এই পঞ্চ

বায়ু বহিংস্থা কিন্তু অস্তঃস্থ পঞ্চবান্ আবান কার্য্য বিশেষে

বহি,স্থ পঞ্চ বায়ু হইশা থাকে। হুদ্দেশ প্রাণ, গুছুদেশে

অপান, নাভিতে সমান, কণ্ঠে উদান, এবং সমন্ত দেহে

ব্যান বায়ু ব্যাপ্ত আছে। উদ্পাবে নাগ বায়ু, উন্মীননে

কুর্ণা বাযু, ইাচিতে ক্রকণ বায়ু ও হাই হোনাণ দেবদন্ত বায়ু

প্রবাহিত হ্যা সর্কা শ্রীব ব্যাপী ধনগুণ বায়ু মূত্যু

হইলেও দেহ হুইছে বিচ্যুত হণ না। নাগ বায়ুণ্ড হৈছক্য

কুর্ণা বাযু ছাবা নিমেণ্ড ধনপ্রণ বায়ু ছাবা শক্ষ উৎপাদিত

হ্যা

নিশিপ সময়ে যোগীজন জন্তগণেৰ শব্দ বিবহিত নিৰ্জন স্থানে গদন পূৰ্বক হস্তহারা ছই কৰ্ণ ২ন্ধ কবিয়া পূৰক ও কুন্তক কৰিবে। এইরপে কুন্তক করিলে দেহাভ্যন্তরস্থ শব্দ সকল দক্ষিণ কৰে শ্রুত হইতে থাকে। প্রথমে হাত-তানিবং বাদ্যবিশেব বা ঝি ঝি পোকাব ভায় নব, তাব পব বংশীধ্বনি, মেঘ গর্জন, ভ্রমব গুল্পন, ঘণ্টাধ্বনি, তুরী, ভেনী, মৃদদ্দ ও আনক জুন্দ্ভি প্রভৃতি বিবিধ বাদ্য-ধ্বনি শুনিতে পা ওয়া যাইবে।

দশম তাখ্যায়।

দেহশুদ্ধি।

বোগাভাস-প্রবন্ত ব্যক্তিকে শোধন, দৃঢতা হৈথ্য, ধৈর্যা, লাখব, প্রত্যক্ষ ও নির্লিপ্ত শবীর সম্বন্ধীয় এই সপ্ত সাধন আয়ন্ত কবিতে হইবে, এতদ্বাবা দেহশুদ্ধি হইবা থাকে।

ধৌতি, বস্তি, নেতি, লৌলিকী, ভাটক ও কপাল-ভাতি এই ষট্কর্ম আচবণ দাবা শরীরের শোধন বা চৈতন্য হইয়া থাকে। ধৌতিযোগে নাডী প্রশালিত হইষা শবীবস্থ মল সকল বিদ্বিত হয়।

ধৌতি চাবি প্রকাব—অন্তর্বেণিতি, দন্তধৌতি, হন্দোতি, ও মৃশশোধন।

অন্তর্গোতি চাবিপ্রকান, তন্মধ্যে এথানে কেবল বাবিসাব প্রকরণ লিখিত হইল। মুখ দ্বানা কণ্ঠপর্যান্ত পরিপূর্ণ করিম। ক্রমে ক্রমে জল পান করিবে। পরে সেই বাবি উদরে চাসিত পূর্বাক অধোবম্মে বেচিত করিবে। এই বাবিসাব ধৌতি অতি প্রধান এবং গোপনীম। ইলা গুকর নিকট শিক্ষিত হইমা গোপণে সাধন করিতে হইবে। ধৌতিবোগ সাধনে মলদেল শোধিত ভ্রমা দেবদেল প্রাণ্ড হইমা থাকে।

দপ্তথোতি—দস্তম্স, জিংধামূল ও কবিন্ধুদ্ব খোড ভেদে ক্ষেক প্রকাবেব কণা যোগ শাস্ত্রে নিথিত আছে।

খদিবেব বদে বা পৰিশ্বত মৃত্তিবা দ্বাবা একপ ভাবে দন্তম্ন মার্জন কবিবে যেন উহাতে ক্লেদমাত্র না থাকে। দন্তবক্ষার্থ প্রত্যত প্রাতঃকালে সাধকগণের দন্তধৌতি যোগাবলম্বন কবা অবশ্য কর্ত্ব্য। জিহ্বামূল শোধন করিলে জিহ্বা দীর্ঘ হয এবং সাধক জবা মবণাদি বোগ হইতে অব্যাহতি লাভ কবেন, একাবণ জিহ্বামূল ধৌতকবা যোগীব অত্যম্ভ আবশ্যক।

তৰ্জনী, মধ্যমা ও অনামিকা এই তিনটা অঙ্গুলি একত্রে গলান মধ্যে প্রবেশ কবাইয়া জিহ্বামূল পর্যাস্ত মার্জন কবিবে। পুনঃপুনঃ এইয়প কবিলে কফদোষ বিনষ্ট হইবা থাকে।

নবনীত দাব। বসনাকে বাবহাব মার্জন ও দোহন কবিবে এবং জিহবাব অগ্রভাগ চিমটা দারা পুনঃপুনঃ টানিযা বহিষ্কত কবিতে হইবে।

প্রত্যহ প্রাতঃকাস ও সাবংকালে যত্নেব সহিত এই প্রকাবে জিহ্বামূল ধৌতি যোগাচবণ কবিবে।

কর্ণধৌতি – তর্জ্জনী ও অনামিকা এই ছই অঙ্গুলি দাবা প্রত্যহ কর্ণকুহবদ্ব মার্জন করিবে।

্ হান্ধ্যেতি তিন প্রকাব। দগুণোতি, বমনধাতি ও বসন ধোতি। তন্মধ্যে সহজ বোধে বমন ও বসন ধোতি প্রকারণ এস্থনে বর্ণন করিলাম। ব্যন ধৌতি — প্রতিদিন আহাবেব শেষে কণ্ঠ পর্যান্ত পবিপূ ি কবিষা জলপান কবিবে। তদন্তব ক্ষণকাল উর্দ্ধ দৃষ্টি কবিষা কেই পীতবাবি ব্যন কবিষা ফেনিবে। এই ব্যননৌতিযোগ দ্বাবা কফ পিস্তাদি বিনষ্ট হুইষা থাকে।

বসন ধৌতি—আট অঙ্গুলি বিস্তৃত ও বাত্রিশ অসুল দীর্ঘ অতি ক্ষা এক খণ্ড বস্ত্র জল দাবা আর্দ্র কনত ক্রমে ক্রমে সমস্ত প্রাস কনিয়া পবে তাহা ক্রমেক্রমে বহির্নত করিবে। এই বসন ধৌতি যোঁগাভ্যাস দাবা গুল্ম, জ্বব, প্রীহা, খাস, কাশ, কুঠ ও কফ পিত্তাদি বিনষ্ট হইবা যোগী সমবহা লাভ কবিবা পাকেন।

মৃলশোধন—বেপর্যান্ত মৃলশোধন অর্থাৎ গুজ্দেশ প্রফালন কবা না হব, সেপর্যান্ত অপান বাষু অর্থাৎ গুজ্দেশস্থ নাবুৰ কুটিলতা থাকে। অত্ঞব এই অপান বাবুৰ কুবতা দ্বীভূত কবিবাৰ নিমিত্ত বন্ধ পূর্বকে মৃল-শোধন বৌতিযোগ অবশ্যন কবিৰে। ছবিজার মূল অথবা মধ্যমাঙ্গুলি দ্বাৰা জলদিয়া পুনঃ পুনঃ গুজ্দেশ ধৌত করিৰে। এই মূল শোধন ক্রিয়া যোগীৰ দেহ-ফাঞ্চি বৃদ্ধি ববিষা থাকে। বস্তি—জলে নাভি পর্য্যন্ত ভ্বাইষা উৎকটাসনে উপবেশন পূর্ব্বক শুহুদেশ আকুঞ্চিত ও প্রসারিত কবিবে। এই জলবস্তি দাবা সাধক কন্দর্পবৎ স্থন্দব মূর্ত্তি ধাবণ কবিশা থাকেন।

নেতি—অর্জহন্ত পরিমিত সকস্থত। নাকেব মধ্যে প্রবিষ্ট করাইবা পরে মুখ দিবা নির্গত করিবে, ইহাকে নেতি কর্ম কছে। বারশ্বাব এইকপ করিতে করিতে স্থতের পরিমাণ জ্বমে রৃদ্ধি করিবে। নেতি কার্ম্যে নাসারশ্ব্ মলশৃস্ত এবং দিবাদৃষ্টি লাভ হইবা পাকে। এতদ্বাবা খেচরী মুক্তা সিদ্ধি হব।

শৌলিকী—অত্যন্ত বেণে বাম ও দক্ষিণ ভাগেৰ উদরেব নিম অংশকে চালিত কবিবে। ইহাকে লৌলিকী যোগ কহে। এতদ্বারা সর্ক্রোগ বিনষ্ট হইয়া দেহেব প্রফুল্লতা জন্মে।

আটক—বে পর্যান্ত চক্ষু হইতে জন নির্নাত না হয়, সেই পর্যান্ত চক্ষের নিমেষ না ফেলিয়া এক দৃষ্টিতে।কোন স্থান্থ বন্ধ নিবীক্ষণ করিতে থাকিবে। ইহাকে আটক যোগ কহে। এই ষোগ অতি সংগোপনে সাধন করিবে। ত্রাটক যোগ জভ্যাদে শাস্তবী-মৃদ্রা সিদ্ধি ইইয়া থাকে। আব সাধকের চকু দোষ বিনষ্ট ইইয়া প্রসন্ন দৃষ্টি হইয়া থাকে।

নাসা য়গ দ্বাবা জল আফর্যণ কবিনা মুখদ্বাবা বেচন কবিবে ও মুখদ্বাবা জল গ্রহণ পূর্বকে নাসা দ্ব দ্বাবা বেচন কবিবে।

মুথ দ্বাবা জল আকর্ষণ পূর্বক নাসা বন্ধু দ্বাবা বেচন কবিবে। এই যোগাভ্যাসে সাধক কন্দর্প তুল্য কপবান হয়েন। এবং তিনি বার্দ্ধক্য বা জবা দ্বাবা আলোম্ভ হন না।

04

একাদশ অধ্যায়।

मूखा।

ব্ৰহ্ম রন্ধ্র মুথস্থিতা নিজিতা প্রমেশ্বরী কুল কুওলিনী শক্তিকে জাগ্রত ববিবাব জন্ত মুদ্রা অত্যাস করা সাধকেব অবশ্য কর্ত্তব্য। মুদ্রা অনেক প্রকার, নিয়ে তাহাব কৃতক জ্বলিন প্রকটিত কবিলাম। 🕠

তুৰ্বল বা বোগী ব্যক্তি কখনই যোগ ও মুদ্রাদি সাধনে অবিকাৰী হইতে পাবেনা।

गाठिकनी मूजा - बाकर्ष खत्न गथ नाथिया अधरम নাসিকা দ্বাবা জল গ্রহণ কবিয়া মুখ দ্বাবা নির্গত কবিবে। পৰে পুনৰ্বাৰ মুখ দিয়া জল গ্ৰহণ পূৰ্বক নাসিকা ছাবা বহির্গত কবিবে। ুনঃ পুনঃ এই ৰূপ অভ্যাস কবিষা মাতন্দিনী মুদ্রা সিদ্ধি কবিতে পাবিলে সাধকেব জবা মৃত্যু বিনষ্ট হইষা থাকে।

অধিনী মুদ্রা—শুহু-দ্বাবকে বাবস্থাব আকুঞ্চিত ও প্রসাবিত কবিবে। এতদ্বাবা শক্তি প্রবোধিত হইতে পাবে।

মাণ্ডুকী মুদ্রা-মুখমুদ্রিত কবিষা উর্দ্ধভাগে ভালুকুহবে জিহ্বামূলকে চালিত কবত বসনাধাৰা স্হস্ৰাৰ পদ্ম নিঃস্ত অমৃত ক্রমশঃ পান কবিতে থাকিবে। মাঞুকী-মুদ্রাণ সিদ্ধি লাভ কবিলে সাধককে বাৰ্দ্ধক্যে আক্রমণ কবিতে পাবে না।

শান্তবী মুক্তা—ক্রম্বগলেব মধ্যভাগে দৃষ্টি হিংব বাখিয়া মনঃসংমমপুর্বক প্রমান্ত্রাকে ধ্যানধাগে দর্শন কবিবে। শান্তবী মুক্তাম সিদ্ধি লাভ কবিতে পানিলে সাধক স্বযং ব্রহ্মা স্বৰূপ হহিষা থাবেন।

পঞ্চধানণা মুদ্রা—পার্থিবী, আন্তমী, আগ্নেমী, বায়বী ও আকাশী ধাবণাকে পঞ্চধানণা মুদ্রা বলে। এই পঞ্চধানণায় দিদ্ধ হইলে সাধক অমবত্ব প্রাপ্ত হওত সশ্বীবেই স্বর্গে গমনাগমনের ক্ষমতা লাভ ক্বিতে পারেন।

পার্থিনীধাবণা মূদ্রা—পৃথিবীতত্ত্বেন বর্ণ হরিতালবং পীত, আকাব চতুকোণ এবং ব্রহ্মা দেবতা, লকাব তাহাব বীজ। যোগা প্রভাবে এই পৃথিবীতত্ত্বকে হৃদ্ধে উদিত করত সেই হৃদ্ধস্থানে চিত্ত্বেব সহিত সংঘত পূর্ব্বক প্রাণবাযুকে আকর্ষণ কবিয়া পাঁচ ঘটিকা কাল কুন্তক দারা ধারণ কবিবে। পার্থিবীধারণা মূদ্রা সিদ্ধ হইলে কোন পার্থিব বস্তু দারা সাধ্বের মৃত্যু ঘটনা হয়না।

আন্তদী ধাবণা মুদ্রা—জনতত্ত্বের বর্ণ শব্দ, চন্দ্র ও

ক্রমনুপ্রশেব ন্যায় খেত, তাহার আকার অদ্ধিচন্দ্রবং,

বকাব বীজ এবং দেবতা বিষ্ণু। যোগবলে এই জল-তত্ত্বকে উদিত কবাইষা প্রাণ-বাষ্কে আকর্ষণ পূর্বক পাঁচ ঘটিকা কাল কুস্তুক দারা সংযত ও একাগ্রচিত্তে ধাবণ কবিবে। আস্তুসীধাবণা মুদ্রা সিদ্ধ হইলে জলে-মগ্ন হইলেও সাধকের মৃত্যু হইবে না।

আগেয়ী ধাবণা মুদ্রা—অগ্নিতত্ত্বেব বর্ণ ইন্ত্রগোপ কটিবং লোহিত, আকাব ত্রিকোণ, নাভিদেশ ইহান স্থান, বীজ বকাব এবং রুদ্র দেবতা। যোগবলে এই অগ্নিতত্ত্বকে উদিত কবত প্রাণবানুকে পাঁচ ঘটিকা কাল পর্য্যস্ত চিত্ত নংযত করিয়া কুক্তক পূর্বক ধাবণ কবিবে। আগেয়ী ধাবণা মুদ্রা সিদ্ধ হইলে সাধকেব অগ্নি ধানা মৃত্যু ঘটনা হয়না।

বায়নী ধানণা ম্জা—বায়তত্বের বর্ণ ধ্র ও দলিত
ত্বায়নী ধানণা ম্জা—বায়তত্বের বর্ণ ধ্র ও দলিত
ত্বায়ন সমূহেন স্থায় অদিত, বীজ বকান, দেনতা ঈশ্র ।
বোগ প্রতাবে বায়তব্বকে উদিত করত চিত্ত সংযত করিয়া
প্রোণবায়্কে আকর্ষণ পূর্ম্বক পঞ্চ ঘটিকা কাল পর্যাস্ত
ক্সক দারা ধানণা কনিষা রাখিনে। বামনী ধানণা
মুদ্রা সিদ্ধ হইলে, বায়্রামা সাধকের ক্রথন্ট স্ব

তিনি বাযুবেগে অনা্যাদে শৃক্ত মার্গে বিচৰণ কবিতে পাৰেন।

আকাশী ধাবণা মুদ্রা—আকাশতত্ব বিশুদ্ধ সমুদ্র বাবিব স্থায় বর্ণ বিশিষ্ট, হকাব ইহাব বীজ এবং দেবতা সদাশিব। যোগ বলে আকাশতত্বকে উদিত কবত প্রার্থ বাযুকে আকর্ষণ পূর্বকে একাগ্র চিন্তে পঞ্চ বটকা কাল পর্য্যস্ত কুন্তক নাবা ধাবণ কবিবে। আকাশী ধাবণা মুদ্রায় সিদ্ধিনাভ কবিতে পাবিলে সাধ্য অমবত্ব লাভ কবত ক্ষিবত্ব প্রাপ্ত হবেন।

শক্তি চালনী মুদ্রা—মুলাধাব পল্পে প্রমা প্রস্তৃতি
কুলকুগুলিনী শক্তি দার্দ্ধ ত্রিপাক যুক্তা হইষা দর্পাকাবে
নিদ্রিতা আছেন। তিনি ষে পর্যান্ত জীবদেহে নিদ্রিতা
থাকেন, সেই পযান্ত জীবগণ পশু দদৃশ অজ্ঞানাচ্ছয়
থাকে, কোটি কোটি যোগাভ্যাদেও ভাহাদেব জ্ঞান বা
চৈত্রভ লাভ হব না। কুলকুগুলিনী শক্তিকে জাগবিত
কবিষা মন্তকত্ব সহস্রোব পল্পে আনিতে পাবিশেই ত্রহ্মদাব
ভেদ হইষা ত্রহ্মবন্ধু প্রিমুক্ত হইষা থাকে। তাহা

উলঙ্গাবস্থায় বহির্দেশে অবস্থিত হইন। এই যোগাভ্যাস কবিবে না। শুপ্তগৃহে অবস্থিত হওত এক বিঘত প্ৰিমিত দীৰ্ঘ, চতুবাঙ্গুল বিস্তৃত কোমল, সুন্ম শ্বেতবৰ্ণ বন্ত্ৰ ছাবা নাভিদেশ বেষ্টিত কৰিদা শক্তি-চালিনী মুদ্ৰা সাধন কবিবে। নাভি বেষ্টিত বস্ত্র খণ্ডকে কোটিসুত্রে আবদ্ধ কৰিয়া বাথিবে। অঙ্গে বিভূতি তোপন পূৰ্ব্ধক সিদ্ধাসনে উপবিষ্ট হওত উভ্য নাসাবন্ধু ছারা প্রাণ বায়কে আকর্ষণ কবিষা বলপূর্ব্বক অপান বায়ুতে সংযুক্ত কবিবে। এবং যে পর্য্যন্ত স্থ্যুমা নাডীব মধ্যে বাযু গমন কবিষা প্রকাশিত না হয়, সে পর্যান্ত গুল্ দেশকে অধিনী মুত্রা দারা ক্রমশঃ আকুঞ্চিত কবিবে। এই রূপে কুম্ভক ষোগে বাবু আবদ্ধ কবিলে কুলকুগুলিনী শক্তি জাগ্ৰত হইযা উৰ্দ্ধে উখিত হওত সহস্ৰাব পদ্মে প্ৰমাত্মাৰ সহিত সংযুক্তা হয়েন।

শক্তি চালিনী মুদ্রা সিদ্ধি ব্যতিবেকে যোনিমুদ্রা সাধিত হরনা। অতএব অগ্রে শক্তি চালিনী মুদ্রা অভ্যাস করিরা পবে যোনি মুদ্রা সাধন করিবে। শক্তি চালিনী মুদ্রা অতি গোপন ভাবে প্রতিদিন অভ্যাস করিতে হইবে।

रगानी भूषा-अधरम भिक्षामत्न উপবেশন কবিষা অম্বৃষ্ঠ দবে ছই কর্ণ, উভয তর্জনীতে চকুদব, ছই সধ্যমা দাবা নাসাবন্ধ যুগণ এবং ছই অনামিকা অসুলি দিয়া মৃথ বদ্ধ কবিবে। পবে কাকী মূদ্রা দ্বাবা প্রাণবাযুকে আকর্যণ কবণানস্তব অপান বাযুব সহিত সংযোজিত কবিবে। অনম্ভব দেহস্থিত বটচক্র ক্রমান্বনে ধ্যান কবিষা হ" ও হংদ এই ছই মন্ত্রবাবা নিজিতা কুলকুগুলিনী শক্তিকে জাগবিত কবিবে। তৎপবে জীবাত্মাৰ সহিত সংযুক্ত সেই কুলকুগুলিনী দেবীকে সহস্রদলপাল্প উখিত কব্নিয়া সাধক এই ৰূপ চিন্তা কবিবেন ধে আমিই ক্রন্ধ এবং আমি স্বয়ং শক্তি স্বরূপ হইয়। পম্ভব সহিত সঙ্গম কবিতেছি। ইহাব নাম যোনি মুক্তা।

প্রকাবান্তব যথা—প্রথমে পূবক দাবা মূলাধাব পল্প

মধ্যে বায়ব সহিত মনকে পূবণ কবিবে। পবে যোনি

মগুলকে আকুঞ্চিত কবিষা যোনি মূলা বন্ধনে প্রবৃত্ত

হৈবে। ব্রন্ধবোনি মধ্যে বন্ধক প্রশেব ন্যাব লোহিত

৬৯ছাব অবধি উপস্থ পর্যান্ত স্থানকে বোনিমওল কছে।

বর্ণ কোটী সূর্য্য সদৃশ উজ্জ্বল এবং কোটী চন্দ্রের তুল্য সুশীতল কামদেব অবস্থান করিতেছেন। এই কামদেবকে ধ্যান কবিয়া তাঁহাব উৰ্দ্ধভাগে অনল শিথাব ন্যায় হক্ষ্ম চৈতন্যরূপিণী প্রমা শক্তি প্রমা-ত্মার সহিত একাভূত হইষা আছেন, সাধকেব এইরূপ চিন্তা কৰা বিধেষ। প্ৰাণায়াম যোগ প্ৰভাবে বাযু সহ-যোগে তিনলিঙ্গ অর্থাৎ সুল স্থন্ধ ও কাবণ এই তিন প্রকার শবীব বিশিষ্ট জীবাত্মা কুলকুণ্ডনিনী শক্তিব সহিত স্থুয়া নাডীব রন্ধ-মধ্যদিষা ক্রমে ব্দানার্গে গমন কবিয়া থাকেন। মন্তকন্থ অধােমুখ পল্লেব কর্ণিকা মধ্যে **দেই কুলকুণ্ডলিনী দেবী প্রমাত্মার দহিত সঙ্গনাসক্ত** রচিষাছেন। তাঁহা হইতেই প্রমানন্দম্য তেজঃপুঞ্জ পাটল বর্ণ স্থধাধাবা ক্ষরিত হইতেছে। যোগবলে জাবাত্মা মূলাধাব হইতে উৰ্দ্ধদেশে আবোহণ পূৰ্বক দীপ্রিশীল কুলামৃত পান করত পুনর্বাব অধোদেশে অবতীর্ণ হইয়া সেই মূলাধাবস্থ ব্রহ্মষোনি মণ্ডলে প্রবিষ্ঠ হয়েন। সাধক পুনর্কার জীবাত্মার উদ্ধভাগে এবং অধ্যে-ভাগে ব্রন্মযোনিতে পমনাগমন ও স্থাপান রূপ প্রাণা-

য়াম মাত্রাযোগে তিনবার কবিবে। সেই মূলাধাব পদ্মে ব্রহ্মযোনিস্থিতা কুলকুগুলিনী শক্তি প্রমাত্মাব প্রাণস্বরূপা। এইকপ' গমনাগমনেব পব পুনর্কাব ঐ জীবাত্মা কালাগ্নি আদি শিবাত্মক ব্রহ্মযোনিতে বিলীন হইতেছেন, এই মত চিম্ভা কবিবে। ইহাকেই যোনি মুদ্রা কছে। যোনি মুদ্রা সাধন অতি গোপনীয়।

যোনিমুদ্রা সিদ্ধধোগী সিদ্ধি লাভ কবিষা থাকেন. তাঁহাৰ কোন কাৰ্য্যই অসাধ্য নহে।

বজ্ঞোণীমুদ্রা—ভূমিতে কবতলম্বয় স্থিবকরে সংস্থাপন পূৰ্বক উৰ্দ্ধে পদৰ্ব ও মন্তক উত্থাপিত কবিয়া ব্লাখিবে। ইহাকে বজ্ঞোণীমূলা কহে। এই মূলা সাধন কবিতে পাবিলে দেহেব বলাধান এবং চিবজীবনম্ব লাভ হইয়া থাকে।

মহামুদ্রা—বামগুনুফ দ্বাবা যোনি মগুলকে নিপী-ডিত কবত দক্ষিণ চবণকে উক্লেশেব উপৰ প্রসারিত ট্ৰিব্ৰক ছই হজে ধাৰণ কৰিবে এবং দেহস্থ নবদাৰকে সংযত ক্রিয়া বক্ষম্বলের উপরিভাগে চিবুক সংলগ্ন ক্ষিবে। তদনন্তর চিত্তকে চৈতন্যবন্মে স্থাপিত করত

কুন্তক দাবা বায় ধাবণ কবিবে। এই মুদ্রা প্রথমে বাম অঙ্গে অভ্যাস করিয়া প্রকার দক্ষিণ অঙ্গে অভ্যাস কবিবে। উভয় অঙ্গে অভ্যাস কালে মনঃ সংবম পুরুক সমভাবে প্রাণায়াম কবা সাধকেব কর্ত্ব্য।

এই মুদ্রা সিদ্ধি দ্বাবা সাধক সর্ব্ব সিদ্ধি লাভ কবিয়া থাকেন। এই মুদ্রা দ্বাবা দেহস্থ সমন্ত নাড়ী সঞালিত হয়, জীবনী শক্তি স্বন্ধপ শুক্র জীবনকে আফুট কবিয়া স্বন্ধিত থাকে। কুলকুগুলিনী শক্তি ঋজুভাব ধারণ কবেন। আব দেহে বিমল জ্যোতিব আবির্ভাব হয়। স্ব্র্ব্বেগা ও পাপ বিনষ্ট হয়। এই মুদ্রা কামধেয় স্বন্ধপা, এই মুদ্রা সিদ্ধযোগী যাহা কামনা কবেন, তাহাই লাভ কবিয়া থাকেন। অতি গোপনে এই মুদ্রা সাধন কবিতে হয়।

থেচবীসূদ্রা—জিহ্বার অধোভাগে, জিহ্বামূলের ও
জিহ্বাব সহিত যে নাভী সংলগ্ন আছে, তাহা ছিন্ন
কবিয়া সর্বাদা ঐ জিহ্বাব নিশ্বভাগে জিহ্বার অগ্রভাগকে
চালনা কবিবে এবং নবনীত দ্বাব। স্বসনাকে দোহন
করিয়া লৌহ নির্শিত যন্ত্র দ্বাবা আকর্ষণ কবিবে।

প্রতিদিন এইরপে অত্যাস কবিলে রসনা দীর্ঘ হইবে।
রসনাকে এরপ দীর্ঘ কবা আবশুক, বাহাতে তদ্বারা
অনারাসেই জ্রম্গলের মধ্যভাগ স্পর্শ কবা বাইতে
পারে। বসনাকে ক্রমান্ববে তাল্মধ্যে গইরা বাইতে
হইবে। তাল্দেশেব মধ্যভাগে বে গর্ভ আছে তাহার
নাম কপালকুহব। কপালকুহবেব মধ্যে জিলাকে উর্জে
উন্টাইরা প্রবিষ্ট করাইরা জ্রম্থেব মধ্যন্থন নিবীক্ষণ
ক্রিতে থাকিবে। ইহারই নাম থেচবী মূলা।

কপাল কুহবে জিহবা সংলয় কবিদা দিলে প্রথমে কার ও লবণ রস, পরে তিক্ত ও ক্যায়, তৎপবে দিনি, ছ্রা, মুড, নবনীত, জাক্ষা, মধু ও স্থাস্থাদ অফুভূত হয়। স্ত্তবাং দিন দিন সাধক মহাস্থানন্দ ভোগ করিতে থাকেন।

বজ্ঞাসনে উপবেশন পূর্বক সাধক এই মুদ্রাব সাধন

করিবেন। এই মুদ্রা সিদ্ধ হইলে বোগী নিজালভা

কুমুধা ভ্যকা রোগ শোক ও জবা মুত্যু জয় করিতে

সমর্থ হন। তিনি জনিলে দশ্ধ বা জনিলে শুফ জথবা

জানে মগুনা আর্দ্র হন ন।। তিনি কথন সর্প কর্তৃক দ্ব

হয়েন না, তাঁহার অঙ্গে উত্তমগন্ধ এবং লাবণ্য জন্মিয়া থাকে।

থেচবী মূজা সাধন ছারা সর্ব্ব সিদ্ধি লাভ হয়। যিনি সর্বাদা এই মুদ্রার অভ্যাস দ্বাবা কপালকুহবে রসনা সংলগ্ন কবত সহম্রদলপদ্ম নিঃস্তত স্থগা ধাবা নিত্য পান কবেন, তিনি নিতা গুদ্ধ হবেন। অপবিত্রাবন্তারও তাঁহাৰ ভাচিতাৰ হানি হৰ না। যিনি ক্লণাৰ্ক মাত্ৰ খেচরী মুদ্রা সাধন করেন, তিনি পাপার্ণব হইতে উদ্ভীর্ণ হইয়া স্বৰ্গ স্থপ ভোগ কবিয়া থাকেন। থেচরা মূদ্রা मिक्षरात्री এই দেহেই শত उन्नान পতন কণকালেব প্রায় বোধ কবেন।

বিপবীতী করণী মুজা—নাভি মূলে স্থ্য নাড়ী অর্থাৎ : পিঙ্গলা নাড়ী এবং তালু মূলে চক্র নাড়ী অর্থাৎ ইড়া নাড়ী অবস্থিত আছে। সহস্রাব পদ্ম নিঃস্ত স্থাধার। মুর্যা নাড়ী পান কবিয়া থাকে, তজ্জ্মই মনুষ্যগণ মুত্য প্রস্ত হয়। তালু মূলস্থিত চন্ত্র নাড়ী দাবা দাধক সেই মুধাধারা পান কবিতে পারিলে, তাঁহার আব কথনই মৃত্যু হয় না। অতএব সাধ্ক যোগাবলম্বন পূর্মক স্থা

নাডীকে উর্দ্ধে এবং চন্দ্র নাড়ীকে অংগভাগে আন্যন কবিবে, অর্থাৎ ভূমিতলে মস্তক স্থাপন কবিষা হস্তদ্বয পাতিত করিষা বাখিবে, আর পদযুগল উদ্ধে উত্থাপিত ক্ল'বত কুম্ভক অবলম্বন পূৰ্ব্বক অবস্থিতি কবিবে। ইহাবই নাম বিপরীতী কনণী মুক্তা। এই শুগু মুদ্রা নিত্য নিত্রা সাধন কবিতে ছইবে। ধিনি প্রতিদিন এক প্রহব কাল মাত্র এই মুদ্রা অভ্যাস কবেন, তিনি মৃত্যুকে জগ করিয়া থাকেন।

মহাবন্ধ-দক্ষিণ চবণকে প্রসাবিত কবিয়া বাম উক্ব উপবে সংস্থাপন কবিবে। পবে গুছ ও যোনি দেশকে আকুঞ্চিত পূৰ্ব্বক অপান বাযুকে উৰ্দ্ধগৃত কবত প্লাভিত্ব সমান বায়ুব সহিত সন্মিলিত করিবে। এবং ছদিন্থিত প্রাণবাযুকে অধামুথ করিয়া কুম্ভক দাবা প্রাণ ও অপান এই চুই বায়ুর সহিত উদব মধ্যে দুচনপে वक् ब्राथित्य। देशवर नाम मशवक। देश प्रिकि প্রদার্থক। এতদ্বারা সাধকের শ্বীরস্থ নাড়ী সমস্ত হইতে ,বস সঞ্চল মন্তকোপবি উথিত হইয়া থাকে। এই মূক্রা একে প্রকে উত্তৰ পদদারা মত্ন পূর্বকে সাধন কবিতে হইবে।

মহাবন্ধ মূদ্রা অভ্যাস বশে স্থব্য়া নাড়িব ছিদ্রমধ্যে বাযু সম্যগ্রূপে গমন করে। এবং দেহেব পুষ্টিও অস্থি পঞ্জব দৃঢ় হয়। আব মনঃ স্ম্পূর্ণ সভোষেব সহিত জীড়া করিতে থাকে। মহাবন্ধ মূদ্রা সাধন প্রভাবে সাধকেব স্ব্রাভিলাব পবিপূর্ণ হয়।

ম্লবন্ধ— গুৰু ছাবা গুছ ছাবকে নিপীভিত কৰত
সম্যগ্ৰূপে আবদ্ধ অপান বাযুকে বলপূৰ্ব্যক ক্ৰমশঃ উদ্ধি
আকৰ্ষণ করিবে। ইহাব নাম মূলবন্ধ। এই মূলবন্ধ
সাধন ছারা জপান বাযু ও প্রাণ বাযুকে সমিলিত কবিতে
পাবিলে বোনিমূলা সিদ্ধ হইরা থাকে। যোনিমূলা
সিদ্ধ হইলে সাধকের আব কিছুই অসাধ্য থাকে না।
বিনি ভবসাগৰ পাব হইতে ইচ্ছা কবেন, তিনি অতিগোপনে এই মূলবন্ধ সাধন কবিবেন।

উজ্ঞীনান বন্ধ—নাতিব অধোজ্ঞাগস্থ নাড়ী প্রভৃতিকে
কুম্বক যোগে নাভি দেশেব উর্জভাগে উত্তোলিত কবিবে।
ইহার নাম উজ্ঞীষান বন্ধ। ষিনি প্রতিদিন চাবিবাব
কবিয়া এই উজ্ঞীয়ান বন্ধ সাধন কবেন, তাঁহাব নাভি
শুদ্ধি ও শরীবস্থ বায়ু শুদ্ধি হইয়া থাকে। ছয়মাস মাত্র

উড়্ডীয়ান বন্ধ শাধন করিলে শাধক নিশ্চয় মৃত্যুকে জয় করিতে পাবেন।

শুরুপদেশে অতি গোপণে এই যোগ সাধন কবিতে হইবে। যোগৈশ্বর্য্য ভগবানের বিভূতি স্বরূপ। অন্ধিকাবী ও অগুচি পাপীব পক্ষে ইহা সাক্ষাৎ কালসর্প, স্থতবাং গুকরপ মন্ত্রোবধি ব্যতিত যিনি গোগরূপ কালফণী ধাবণ কবিতে ঘাইবেন, তিনি নিশ্চিত মৃত্য মুখে নিপতিত হইবেন।

জালদ্ধবন্দ্ধ—কণ্ঠদেশের শিবা সকল সদ্যোচ পূর্ব্বক হৃদয়ে চিব্ক সংস্থাপন কবিয়া কুম্ভক কবিবে। ইহাকে জালদ্ধরবদ্ধ কহে। জীবের নাভিস্থ অফি সহস্রাব পদ্ম বিনির্গত অমৃত ধাবা পান করিয়া থাকে, তদ্ধি-মিত্ত জীবগণ অমবন্ধ লাভে সমর্থ হয় না, কিন্ত জাল-দ্ধরবন্ধ অনুষ্ঠান হাবা সাধক ঐ সহস্রাব পদ্ম বিনিঃস্ত স্থাকে মধ্যদেশে অবতারিত হইতে না দিয়া তাহা উদ্ধতাগে কপালকুহবে বসনা হারা পান করত অমর হইয়া সশরীবে ত্রিভূবনে বিহার কবিতে থাকেন। সত্তএব সিদ্ধি লাভেচছু যোগা নিত্য ইহা সাধন কবিবেন।

মহাবেধ-অপান ও প্রাণবাবুকে একত্রিত কবিধা কৃষ্টক পূর্বক উত্তয় নিতম্বকে সন্তাডিত করিবে। ইহাকে মহাবেধ বলে।

মহাবেধ সাধনে সাধক স্বয়ুয়া নাড়ীর মার্গন্তিত বাযু-দাবা গ্রন্থি বিদ্ধ করত ত্রন্ধগ্রন্থি ভেদ করিতে পারেন। যিনি সর্ব্বরুণ অতি গোপনীয় এই মহাবেধ মুদ্রা অভ্যাস কবেন, তিনি সিদ্ধবাষু হইবা সিদ্ধবোগী হয়েন সন্দেহ নাই।

পরীরাভ্যন্তবস্থ বট্টক্রেন্থিত দেবতা সকল বায়ু-তাডনে বিকম্পিত হবেন এবং কুলকুগুলিনী মহামারাও কৈলাস নামক বিন্দুয়ানে বিলীনা থাকেন। মহামূদ্রা ও महावक्ष এই উভদ্ধ মুদ্রাই বেগহীন হইলে বিফল হয়। তরিমিত সাবকগণ ধলের সহিত মহামূলা, মহাবন্ধ ও মহাবেধ ক্রমশঃ অভ্যাস কবিয়া থাকেন। বে বোগী মত্নপূর্বক প্রতিদিন চাবিবার এই তিন্টী মুদ্রা অভ্যাস करतन, जिनि ছत्र साम्बद मर्था निक्त हे मृज़ार्क জ্ব করিতে পাবেন, এবং সর্ব্ধ সিদ্ধিলাভে সক্ষম হয়েন। যোগীগণ এই সকল মুদ্রা অতি গোপনে

বাথিবেন, উহা প্ৰকাশ কবিলে সিদ্ধিলাভে ব্যাঘাত ঘটিযা থাকে।

দ্বাদশ অধ্যায়।

প্রত্যাহার, ধ্যান, ধারণা, সমাধি।

প্রত্যাহাব ষোগ সাধন ছাবা কাম বোধ ও লোভানি ছব বিপু দমন ইয়া থাকে। মনঃ চঞ্চল হইযা যথন বে বে বিষয়ে বিচৰণ কবিবে, তথন সেই সেই বিষয় হইতে মনকে নিবৃত্ত করিদা আত্ম বশীভূত কবিতে হইবে। প্রক্ষান তিবস্কানে বা স্থ্যাবা ও অপ্রাব্য বিষয়ে, স্থপদ্ধ ও হুর্পদ্ধ আত্রাণে এবং মধুব, অল্ল, কষায় ও তিব্রুদ্ধি বসাবাদনে সকল বিষয়েই বাহাতে মনেব সমতা ভাব উপস্থিত হয়, সর্বতোভাবে সাধকেব সেই বিষয়ে চেন্তা কবা অতি আবঞ্চক। মনকে বশ কবিতে না পাবিলে সাধক কথনই কোন গোগ সিদ্ধি কবিতে সমর্থ হইবেন না। অতএব ক্রমে ক্রমে মনকে আবন্ত কবিবে।

ধ্যান-- অনক্ত মনে নিরন্তর বিষ্ণু চিন্তাব নাম ধ্যান। জ্ঞান বৈবাগ্য যুক্ত, প্রদাবিত, ক্ষমাশীল ও উৎদাহ সম্পন্ন মনুষ্য ভক্তি সহকাবে মূহূর্ত্ত বা অন্ধ্ন মূহূর্ত্ত মাত্র ধ্যান ক্ৰিলে প্ৰমাগতি প্ৰাপ্ত হয়েন। তত্ত্বিদ্ যোগীগণ বোগাভ্যাস বশে যোগ হলভ মুক্তি ও অণিমা লিখিমাদি অষ্টবিধ সহৎ ঐশ্বৰ্যা লাভ কবিষা থাকেন। মতএব হবিকে নিয়ত ধ্যান করিবে। শবনে, গমনে, ভোজনে, উপবেশনে দৰ্জক্ষণেই হবিব ধ্যান কবিতে হইবে।

ধাবণা—ধ্যেষ পদার্থে মানদেব সংস্থিতিব নাম ধাবণা। ধাবণাযুক্ত ব্যক্তি প্রাণত্যাপ কবিলে স্বীয় কুলেব সহিত সুক্তিলাভ কবেন।

স্মাধি-শান ধাবণা কবিতে কবিতে বাহা বিষয়ে একেবাবে বিশ্বতি লাভ পূর্ব্বক প্রমাশ্মাতে চিত্ত স্থাপন করিতে পাবিনেই সমাধি হইগ্রা থাকে। বে যোগী কিছুই প্রবণ করেন না, আছাণ কবেন না, দর্শন করেন না, বসাম্বাদন কৰেন না. ও স্পর্শ বোধও কবেন না. বাঁছার মন সংকল্প হীন এবং ঈশ্ববে লীন, তিনিই সমাধিস্থ যোগী বলিয়া অভিগাঁত হযেন।

ত্রহোদশ অধ্যায়।

যোগ ও আত্ম কথন।

অব্যাস্থ্য যোগদিদ্ধি দ্বাবা মনুষ্য ঈশ্বৰ সদৃশ হইতে পাবেন। ইহা ভূষো ভূষো উল্লিখিত হইয়াছে। আব সর্ব্ব পাপ বিবর্জিত হইষা নিম্মলচিত্ত না হইলে যে. কেহই ঐ যোগ সাধনে অধিকাৰী হইতে পাৰেন না, ইহাও পুন: পুন: বলা গিষাছে। মন মূত্র লিপ্ত গাত্র শুকবকে স্নান कवारिया पिलाও मে यमन जावाव, मनपूर्व द्वार निमञ्ज्ज **হইতে ভালবাদে, তেমনি গাপস্থভাব মনুষ্য সংসদ ও স**হ भारतन खाश बहेदन अ श्वनः श्वनः शार्थ निश्व बहेयाहे थाकि। অতএব অসদভ্যাদ পবিভ্যাগ পক্ষে দৃঢ প্রতিজ্ঞ হইয়া অরে অল্লে সদভ্যানে বত্ববান হওষা সাধুতাব লক্ষণ, তাহাব আন সন্দেহ নাই। ফলতঃ সিদ্ধ্যোগী সঙ্গদোষে পতিত হইলেও, তিনি আবাৰ উত্থানও কৰিয়া থাকেন। মহাৰাজ ভৱত একটী অনাথ মূল শাবকের স্নেহে জাবদ্ধ হইবা ছিলেন। তিনি মৃত্যু কালে সেই হবিণ শিশুটীকে দর্শন ও তাহাব ৰিষয় চিম্ভা কৰিতে কৰিতে প্ৰাণভ্যাগ কৰিলেন।

ইবিণকে ভাবিতে ভাবিতে দেহত্যাগ কবাতে তিনি হরিণ **ষ্ট্রা জন্মগ্রহণ করিয়াছিলেন, কিন্তু পূর্বজন্মেব স্বকৃতি** ফলে তিনি জাতিশ্বরত্ব প্রাপ্ত হয়েন। পশুজন্ম সত্তেও সেই জাতিশার্থ গুণে তিনি আবাব সিদ্ধ-দেহ লাভ কবিলেন। অনেক সিদ্ধধোগী মহাপুরুষ এই নরদেহেই চতুর্দশ ভ্বনেব ভূত ভবিষ্যৎ বৰ্ত্তমান এই ত্ৰৈকালিক ঘটনাৰ বিষয় বৰ্ত্তমা-নেব ন্যাব দর্শন কবিষা থাকেন। এবং সমুষ্টোৰ মৃত্যুকালে তাহার দেখ ছইতে কিরূপে আত্মা বহির্গত হয়, ভাহাও তাঁহাবা বলিয়া দিতে পাবেন। হিন্দু শান্ত্রে ইহাব অনেক কথা লিখিত আছে। আবাব আমেবিকা নিবাসী প্রসিদ্ধ অধ্যাত্মবাদী ডেবিস সাহেবও নিজগ্রন্থে এ বিষয় উল্লেখ ক্রিয়াছেন। তিনি অগুবীক্ষন্ত লোক সকল প্রত্যক্ষ কবিতেন। ধাহা হউক জীবের মৃত্যু বাস্তব ঘটনা নহে, উश जागारित अभमग्र मृष्टित कनमाता। मृजु जीतित অবস্থান্তর প্রাপ্তি ভিন্ন জন্য আৰ কিছুই নহে, কেননা জীবাত্মা নিতা পদার্থ এবং ভগবানের অংশ স্বরূপ। মনুষ্য গণ এই দেহে প্রথমে বাল্যাবস্থা ভোগ কবে, তারপর সেই বাল্যাবস্থা গত হইলে বৌবন প্রাপ্ত হইরা থাকে, অনস্কব

তাহাবা যৌবনান্তে বাৰ্দ্ধক্য দশা প্ৰাপ্ত হয় , তথন সেই मञ्जान एनटर वाना वा योवन कालन किंडू मोद्ध हिल থাকেনা, কিন্তু দেহ বিদ্যমান থাকে, ভদ্ৰূপ মনুষ্যগণ পঞ্চভৌতিক জীর্ণ কলেবৰ পবিত্যাগ কবিলেও তাহাদেব নিতা আত্মা অনন্তকাল পর্যান্ত বর্তমান থাকিবেই থাকিবে। কিন্তু মৃত্য দর্প বা চিঙ্গডি মংসোব নির্মোক (খোলোম) পবিত্যাগেৰ তুল্য , অৰ্থাৎ দৰ্প বা চিক্সডি মাচেৰ খোলোস দেখিলে বোধ হয়, যেন সত্য সত্যই সেই সর্প বা চিঞ্চড়ি মাচ মনিবা গিয়াছে. কিন্তু তাহা নহে. সেই সাপ বা বা মাচ খোলোস ছাডিষা অভিনব দেহ ধারণ করিয়াছে। জীবেব মৃত্যুও তদ্ৰপ-অৰ্থাৎ-জীবগণ বিশেষতঃ মনুষ্য দক ল মুত্র ঘটনা ছারা তাহাদেব জড়ম্য জীর্ণদেহ পবিত্যাগ কবতঃ চিন্ময স্ব্যোতির্ন্ধিশিষ্ট আত্মিক-দেহ ধাবণ কবিয়া থাকে। গর্ভবতী স্ত্রী যেমন প্রসর বেদনা সহু কবিষা ' সম্ভান বত্ন লাভ কবে, জীব তেমনি মৃত্যু বন্ত্ৰণা ভোগ কবতঃ আত্মিক দেহ প্রাপ্ত হইদা থাকে। স্থতবাং মৃত্যুও একটা অমন্ত জীবী জাবেব পুনর্জন্ম মাত্র। ফলত: সাধলোকেৰ মুকা মন্ত্ৰণা নাই, কিন্তু পাপাত্মা ব্যক্তি মূত্য কালে অশেষ যন্ত্রণা ভোগ কবিষা থাকে। দেহত্যাগে সাবুজন ঈশ্বৰ সদৃশ ঐশ্বর্যা লাভ কবেন, আর পাপীলোক অণোগতি প্রাপ্ত হইষা পুনঃ পূনঃ ইতন যোনিতে জন্মগ্রহণ কবতঃ গর্ভ যন্ত্রণা ও মবন বস্ত্রণা ভোগ করে। এই অগ্রহ পাপ পবিত্যাগ পূর্কক পবিত্র ভাবে দেহ যাত্রা নির্কাহ কবিবাব কাবন শাস্ত্রকাবগন বিশেষ আগ্রহ সহকাবে সকলকে উপদেশ দিয়াছেন।

ক্ষিতি অপ, তেজ, মক্তং ও ব্যোম এই পঞ্চত্তব সমিলনে আমাদিগেব জড শ্বীবের স্পৃষ্টি হইবাছে, কিন্তু প্রত্যেক দেহস্থিত আত্মা চিন্ময, প্রবৃক্ত তাহা ঈশ্বরেব অংশ বলিয়া শান্ত্রকাবগণ নিরুপণ কবিয়াছেন। জীব ষতদিন পর্যান্ত প্রবৃত্তিমার্গে বিচবণ কবিতে থাকিবে, ততদিন পর্যান্ত তাহাকে শুভাশুভ কর্মা জনিত ফলভোগ কবিবাব কাবণ প্রনঃ প্রনঃ দেহ ধাবর্গ করিতে হইবে। সংকর্মাহল ভোগ কবিবাব জন্য হয়ত তিনি বাজা, নম ইক্র হইবেন; অথবা অন্য কোন মহাপুরুষ হইবেন, আব হৃদ্ধতি ভোগ করিতে তাহাকে হয় চণ্ডাল নয় প্রগাল বা শুক্তব যোনিতে জন্ম গ্রহণ করিতে হইবে। এই জন্মই জ্ঞানবান সাধু মহাত্মা-

গণ নিবৃত্তিমার্গে বিচৰণ কৰেন। তাঁহাবা কর্মফলেন আকাজ্জা না কৰিয়া সমস্ত কর্ম এমন কি তাঁহাদেব আত্মা পর্যাস্ত দিখৰে সমর্পণ কৰিয়া থাকেন।

নিষাস প্রশাস সমবে জীবগণ বে "হংস'' এই অজপা মন্ত্র অহর্নিশ জপ কবিতেছেন, যোগবলে বধন তাঁহাব। ঈশ্ববেব সহিত একীভূত হওত "সোহহং" এই মন্ত্র জপ সিদ্ধি কবিতে পাবিবেন, তখনই এই মাধাস্ক্র জীব মানা মুক্ত শিব হইবা উঠিবেন।

যে সকল মুর্থলোক আত্মাব অন্তিম্ব স্থীকার করে না,
এমন কি ঈর্ববের সত্তা পর্যন্ত অগ্রাহ্থ করে, তাহারা
নিহান্ত পায়ত। তাহাদিগের সহিত আলাপ করা দরে
থাক, তাহাদের মুখ দর্শন কবিলে সাধুজনের স্থকতির হানি
হইরা থাকে। স্কুতরাং পায়ত হইতে সর্বাদা দূরে থাকা
সাধকের অবশ্র কর্তব্য। ঈর্বরের *বাজ্যে রখন একটা
সামান্ত প্রমাণু পর্যান্ত ধ্বংদ * হইতে পায় না, তথন ভগ-

বানেব অংশভূত চিনার আত্মার ধ্বংস করনা কবা কিরুপে সম্ভব হইতে পারে ? মধ্যে অনাত্মাবাদী লোকের সংখ্যা পৃথিবীব সর্বত্রেই বহুল পবিমাণে লক্ষিত হইত বটে কিন্তু অধুনাতন পাশ্চাত্য অধ্যাত্মবাদীদিগের বত্বে ক্রমশই উক্ত ভ্রাপ্ত মতেব নিবাক্কত হইতেছে।

নিজদেহে আত্ম বৃদ্ধি আৰু অন্তেব ধনে নিজস্ব জ্ঞান এই তুইটা অবিদ্যা তক সঞ্জাত বীজনপে ব্যবস্থিত বহিয়াছে। দেহী মৃচ বৃদ্ধি নিবন্ধন মোহান্ধকাবে সমাজ্য হইয়া পঞ্চ ভূতাত্মক দেহে অহং জ্ঞান কৰিয়া থাকে। যথন আত্মা, আকাশ বাধু অমি জল ও ভূমি এই পঞ্চ ভূত হইতে পৃথক্,

দেহ পাঁচিয়া মৃত্তিকাসাৎ হউক বা অগ্নি ছারা জন্মীভূত হউক, সেই

য়ত দেহস্থ একটি পরমাণু নষ্ট হয় না। দ্বীরস্থ সৃত্তিকার জাগ

মৃত্তিকাতে, জলীয অংশ অলে, অগ্নির ভাগ আঙ্তনে, বায়র অংশ

বাতাসে এবং আকাশের ভাগ আকাশে মিলিত হইরা থাকে।
পাশ্চাতা পণ্ডিতগণ ইহা পরীক্ষা কবিয়াও দেখিয়াছেন। তাঁহাবা

এথমতঃ এক মৃত মনুষ্যের দেহ ওজন করত তাহা কাচ নির্দ্ধিত

থ্য মথ্যে রাখিয়া অগ্নি সংবাগে জন্মীভূত করেন পরে সেই জন্মীভূত

দেহের পৃথক ভূত বায়ু এবং মৃত্তিকার বিকাব জন্মানি সকল পৃথক
পৃথক কপে ওজন করিলে তাহাব সমান্ত মৃত্ত দেহের পৃর্ববাজ্বত

ওল্পনের সহিত্ত ঠিক মিলে।

তখন কলেববে কোন্ ব্যক্তিব আত্মময ভাবেব উদষ হইতে পাবে ? গৃহ্ও ক্ষেত্রাদি সমস্তই দেহোপভোগ্য বস্তু, সেই দেহ হইতে ভিন্ন আত্মাকেও আমাৰ ইত্যাকাৰ জ্ঞান কৰা প্ৰজ্ঞ ব্যক্তিৰ কখনই অতিমত নহে। পুত্ৰ পৌলাদি দেহ হইতে সমৃত্ত হয়, কিন্তু কোন প্ৰাক্ত ব্যক্তি সেই অনাম্মকলেবৰে আত্মময জ্ঞান কবিয়া থাকেন গ মহুষ্য দেহেব উপভোগার্থই সমস্ত কার্য্যে প্রবৃত্ত হন। অতএব দেহ যখন আত্মা হইতে পৃথক পদার্থ, তথন এই **(महत्करे मश्मात वस्नातन कावन विनार करेदा।** (यमन মুগা্য গৃহ সলিলসিক্ত মুদ্তিকা ছাবা বিলেপিত হয়, তজপ এই পার্থিব দেহ সলিল ও মুদ্তিকা সংযোগেই বৰ্দ্ধিত হইয়া থাকে। পাঞ্চভৌতিক কলেবৰ যথন পঞ্চ ভতাত্মক বোগদাবা আপ্যাধিত হইতেছে, তথন পুৰুষেব ক্ষুণেবলে আব কথনই গৰ্ব্ব উপস্থিত হইতে পাৰে না। পুক্ষ বহু সহস্রবাব ইহলোকে জন্ম গ্রহণ পূর্বক সংসাব পথে পবিভ্ৰমণ কৰিতে কৰিতে বাসনা কপ বেণুদাবা গুঠিত হইষা মোহ শ্রম প্রাপ্ত হইষা থাকে। জ্ঞানকপ উষ্ণ বাবি দ্বাৰা সেই বেণু প্ৰকালিত কবিতে পাবিলে

সংসারী পথিকেব মোহশ্রম বিদূবিত হয়। মোহশ্রম শমতা প্রাপ্ত হইলে পুক্ষ সুস্থান্তঃক্রণ ও প্রশান্ত ভারাপন্ন ছইয়া প্ৰম নিৰ্বাণ লাভ কবিতে পাবে। এই ৰূপ বিমল আত্মজানই নির্বাণনয় কপে নির্দিষ্ট আছে। অজ্ঞান মল তুঃথ প্রকৃতিব ধর্মা, উহা কখনই আত্মার ধর্মা নহে। অগ্রি যেমন স্থালী সংযোগে জলেব শক্ষোদ্রেক উৎপাদন কবে, তজ্ঞপ পুরুষ প্রকৃতিব সংযোগে অহংমানাদি দূষিত হইয়া প্রাক্তিক ধর্ম প্রাপ্ত হইয়া থাকে, কিন্তু সেই আত্মা অগ্নিৰ ভাষ দেই ধর্ম হইতে পৃথক ও অব্যয়। যোগ ভিন্ন সেই অবিদ্যা জনিত ক্লেশেব ক্ষমকৰ পদাৰ্থ আব কিছুই নাই। মুনিগণ যে যোগ বলে প্ৰব্ৰহ্মে লীন হইষা থাকেন, সেই যোগ স্বরূপ এক্ষণে কহিতেছি। মানক গণের মনই বন্ধন ও মোকেব মূল। বিষয়াসক্তি বন্ধেব ও নির্বিষ্যতাই মুক্তির হেতু। বৈষ্ট্রিক ব্যাপার হইতে মনকে আকর্ষণ পূর্বক আত্মজ্ঞান লাভ করিলে পুরুষ মুক্তি লাভার্থ পবত্রন্সের খ্যান কবিতে পাবেন। মনই বন্ধ চিন্তলশীল ব্যক্তিকে আত্মভাব প্রাপ্ত ক্বাইয়া থাকে। কৰ্ষক অৰ্থাৎ কৃষিত প্ৰস্তৱ বেমন লোহ আকৰ্ষণ করে,

তদ্রুপ মন আত্ম শক্তির অনুরূপ বিকৃত ভাব প্রাপ্ত হয়। অতএব বিশিষ্ট মনোগভি আত্মার প্রযন্থ সাপেক। পন ব্রন্ধে সেই মনের সংযোগের নামই যোগ। যে ব্যক্তি এইরূপ ধর্মোপলকণ যোগ সাধনে প্রবৃত্ত তিনি মুমুক্ষ-যোগী। যোগী যোগাधি দ্বাবা অচিবেই কর্ম ক্ষম কবিষা **मिर्ड जत्मरे मुक्ति नार्ड नक्म रन।** मार्वाप्रणव । श्रुन ন্ধপ চিন্তা করিতে কবিতে যোগীব হাদয়গত প্রাণ ও অপান বায় সকল ধ্ধন প্রস্পারের অভিভবে প্রবৃত্ত হয়, তথন তাঁহাৰ প্ৰাণায়াম সবীক ও নিবীক এই উভয হইতে ভিন্ন বলিয়া নির্দিষ্ট হইয়া থাকে। এইকপে অভ্যাস সহকারে অনস্তের কপ ছদ্ধে প্রকাশমান হয়। योशिवर भनामि विषयामञ्ज निवार निवार कतिया क्रिंच আয়ত্ত কবিৰে। এইরপ চিত্তেব বণীকরণই প্রত্যাহাব নামে খ্যাত আছে। এই প্রত্যাহার ছাবাই অতি বলবান ইক্সিয় সকল বশীভূত হয়। ইক্সিয় বশ করিতে না পারিলে रवानी रवान माधक श्रेटि भारत ना। প্রাণান্নমে প্রাণাদি ৰাৰু ও প্ৰত্যাহারে ইন্দ্রিয় সমুদায় বশীকৃত হইলে চিত্ত ভভাশ্ৰয়ে স্থির ভাব প্রাপ্ত হইয়া থাকে।

চিত্তের আশ্র্যীভূত সেই শুভাশ্রয়ই ধ্রন্ম। কার্য্য কারণ তেদে সেই ব্ৰন্ধ দ্বিধ রূপে নিদিষ্ট আছেন। মূর্ত্ত ও অমূর্ত্ত। মূর্ত্তই সপ্তণ ব্রহ্ম ও অমূর্ত্তই প্রবন্ধ। যোগসিদ্ধ পুক্ষ ঐ ত্রন্ধেই চিন্ত সমর্পণ পূর্ব্বক তাঁহারই ভাবনা করিয়া ভাষনা ত্রিবিধ। ব্রহ্মাধ্য, কর্মসংজ্ঞা এবং কর্ম ও ব্রহ্ম উভয়াঝিকা। সনন্দনাদি ব্রহ্ম ভাবনাযুক্ত, দেবাদি চরাচব প্রাণি সমুদায় কর্ম ভাবনাযুক্ত এবং ব্ৰহ্মাদি-কৰ্ম ও ব্ৰহ্ম উভয় ভাবনাযুক্ত বলিয়া নিৰ্দিষ্ট রহি-বাছেন। অধিকাৰ ভেদে প্ৰাণিগণেৰ ভাৰনা ভিন্ন হইযাছে। বিশেষ জ্ঞান প্রভাবে সমস্ত কর্ম্মের ক্ষয় না হইলে জীবগণের এই বিশ্ব, আৰু ব্ৰহ্ম ইহা হইতে পৃথক এইরপ ভেদ-বৃদ্ধি ।তিবোহিত হয় না। ভেদশৃত্য সম্বা মাত্র বাক্যের অগোচর আত্ম সংবেদ্য জ্ঞানই ব্রন্ধজ্ঞান রূপে ক্থিত আছে। সেই ব্রশ্বকানই বিশ্বব্যাপী রূপ-বিবর্জ্জিত পরমান্মার পরম রূপ। উহাই অজব অকর ও বিশ্ব রূপের বৈরূপ্য লক্ষণযুক্ত বলিয়া নির্দিষ্ট। যোগশীল ব্যক্তি সেই প্ৰব্ৰন্ধেৰ স্বৰূপ চিন্তনে দক্ষম হইতে পাৰেন না। এই নিমিত্ত হরির স্থল বিশ্বরূপ চিন্তা করা অবঞ্চ

কর্ত্ব্য। হিবণাক্ষর্ছ ভগবান ব্রহ্মা, ইন্দ্র, প্রজাপতি, মকং, বন্ধু, ক্রদ্র, ভারব, তাবকা ও গ্রহণণ, গন্ধর্ব, যক্ষ, দৈত্যাদি সমস্ত দেবদোনি, মহুষ্য, পশু, পক্ষী, শৈল, সমুদ্র, সবিৎ ও বৃক্ষ সমুদায়, অশেষ প্রাণী ও প্রাণিগ্রণব হেড়, প্রস্থানি, চেতনা চেতনাত্মক পদার্থ এবং একপাদ দ্বিপাদ, বত পাদ ও অপাদ প্রাণিগণ এই সমুদায় সমবেত চবাচব বিশ্ব হবিব স্থান্তৰ স্বৰ্থাৎ বিশ্বৰূপ বলিষা নিদিষ্ট আছে। ইহাতেই ত্রন্ধ স্বৰূপ বিষ্ণুব শক্তি সংযুক্ত বহি-বাছে। ঐ বিষ্ণু শক্তি প্রমা, ক্ষেত্রজ্ঞা ও অবিদ্যা এই ত্রিবিধ রূপে খাতা। কর্মসংজ্ঞা শাক্তই। স্বিদ্যারূপে কথিত আছে। ক্ষেত্ৰজা অৰ্থাৎ জীব বিষ্যিণী শক্তি ঐ কর্মাখ্যা অবিদ্যাব প্রভাবেই সর্ব্বসঞ্চাবিণী হয়, তাহাতেই প্রাণিগণ তদাশ্রম নিখিল সংসাব তাপ ভোগ কবিয়া থাকে। সেই ক্ষেত্ৰজ্ঞ সজ্ঞিতা শক্তি কন্মাধ্যা অবিদ্যাব তিবোধানতা নিবন্ধন প্রাণী সম্পাবে ভাবতম্যামুগাবে লক্ষিত হয়। প্রমাণু অপেকা স্থাব্ব, স্থাব্র অপেকা সরীন্ত্রপ, সরীস্থপ অপেক্ষা পকী, পক্ষী অপেক্ষা মুগ, মুগ অপেকা প্ত ওপত অপেকা মনুষ্যগণে কেব্ৰজা অৰ্থাৎ জীবনী

শক্তি অধিক পবিমাণে বিদ্যমান আছে। এইরপ মন্ত্রম্য অপেক্ষা নাগ, নাগ অপেক্ষা গন্ধর্ম, গন্ধর্ম অপেক্ষা যক্ষাদি, ফ্লাদি অপেক্ষা দেবগণ ও সমস্ত দেব অপেক্ষা ইন্দ্র পর্য্যাযক্ত্রমে সমধিক শক্তি সমন্ত্রিত। আবাব ঐ ইন্দ্র অপেক্ষাও প্রজ্ঞাপতি ব্রমাব আত্মপক্তি অধিক। এই অপেক্ষাও প্রজ্ঞাপতি ব্রমাব আত্মপক্তি অধিক। এই অপেক্ষাও প্রজ্ঞাপতি ব্রমাব বিল্যা নির্দ্ধিট। বিষ্ণুর ঐ শক্তি যোগই প্রকাও নভোমগুলে সমাবুক বহিয়াছে।

মনীবিগণ বিশ্বকপী ত্রন্ধের যে কপের নিত্যতা প্রতি পাদন কবিষাছেন, তাহাই অমূর্ত্ত অর্থাৎ প্রমক্রপ। বোগ নিদ্ধ মহাত্মাবা সেই কপেরই ধ্যান কবিষা থাকেন। সমস্ত বিষ্ণু শক্তি বেরূপে প্রতিষ্ঠিত বহিরাছে, তাহাই হবিব বিশ্বকাপ। ঐ বিশ্বকাপ ব্যতীত রূপই মহৎরূপে নিদ্ধি আছে। ঐ মহৎ কাপ হইতে সমস্ত শক্তি কাপাদি আবিষ্কৃত হয়। সনাতন বিষ্ণু সপ্তণত্ব প্রাপ্ত ইয়া লীলা ক্রমে দেবতা, তির্যাক ও মনুষ্যাদিব স্থাই করিষা থাকেন। সেই অপ্রমেয় প্রম প্রুবের অব্যাহতাত্মিক। বিশ্বব্যাপিনী চেষ্টা জগতেব উপকাবার্থই উদ্ভূত হইয়া থাকে। উহা কর্মজ বা নিমিন্তক্স নহে। আয়ন্তাদ্মিক- নিমিত্ত যোগশীল ব্যক্তির সেই বিশ্বরূপ হবির সর্ব্ব পাপ বিনাশন ৰূপ ধানি কৰা অবশ্য কৰ্ত্তব্য। অনল ষেমন অনিল সহযোগে উদ্ধ ত শিথ হইয়া তৃণবাশি দগ্ধ কৰে, তজ্ঞপ বিষ্ণু যোগীর জনমগত হইয়া তদীষ সমস্ত পাপ ধ্বংস করেন। অতএব ষোগী সেই সমস্ত শক্তিব আধাৰম্বরূপ বিষ্ণুকে চিত্তে সংস্থিতি করিবেন। শুভাশ্রম বন্ধ ঐ সংস্থিতি 🖦 ম ধারণা বলিয়া প্রসিদ্ধ। যোগীব চিত্ত বথন উল্লিখিড ত্রিবিধ ভাবনা হইতে অতীত হয়, তথন তিনি মুক্তিলাভে সমর্থ হন। তদ্ভিন্ন চিত্তগত অন্ত গুণ সমুদায়কে শুদ্ধ ক্রপে নির্দেশ করা বার না। ঐ সমস্ত কর্মবোনি দেবাদিব উদ্ভবেৰ কাৰণ হইষা থাকে। অনিষ্ঠাহ চিত্তই ভগবানের মূর্ত্ত রূপ ধারণে সক্ষম হয়, এই নিমিত্ত উহা ধারণা नात्य श्रीमञ्जा वांगांका वाकि श्विव श्रीम होक्वमन, পদ্মপত্র নভেক্ষণ স্কুকপোল সম্পন্ন স্থবিন্তীর্ণ ললাট ফলকোজ্জল শ্রোজ্ঞান্ত বিন্যস্ত মনোক্ত কর্ণভূষণে বিভূষিত, কমুগ্রীব, ত্রীবংসান্ধিত বক্ষস্থল, বলীবিভঞ্চি উদর ও মগ্ননভি পবিশোভিত, সমস্থিতোকজ্জ, স্বস্থিরাজ্জি, করাস্থ্র, দিব্য কিরীট কেযুর কটক শব্দ চক্র গদা শার্প

থজা ও বলধাদি সমলক্ষত পীতবাসা প্রলম্বাইভুজ বা চতুর্জু বিষ্ণু যোগীব অবশ্রু ধ্যের। যোগ প্রারণ পুৰুষেৰ ধাৰণা যাবৎ দুটাভূতা না হয়, তাবৎ তিনি আত্মচিত্ত সমাধান পূর্ব্বক বিষ্ণুর ঐ রূপেবই চিন্তা কবিবেন। বাক্য উচ্চাবণ, অবস্থান বা স্বেচ্ছামুদাবে কোন কাৰ্য্য কবি-লেও যাহাৰ চিত্ত হইতে এধাৰণা সম্ভৰ্হিত না হয়, সেই ধাবণাই সিদ্ধিরূপে কথিত আছে। এইরূপ স্থিব ধাবণা-যুক্ত যোগী ক্ৰমে ক্ৰমে ভগবানেৰ শৰ্ম চক্ৰু গদা শাৰ্কাদি বহিত প্রশান্ত ৰূপেব চিন্তা কবিবেন। ঐক্লপ ধাবণা স্থিবতরা হইলে নোগবিদ পুরুষকে বিষ্ণুর ফিরীট কেযুবাদি বৰ্জিত মপেব ধ্যান কবিতে হইবে। তৎপবে তিনি চিত্তে একাবয়ৰ বিষ্ণুব ধ্যান কবিতে প্ৰবৃত্ত হইবেন। এই ভাবে প্রণিধান পূর্বক একবিয়বে মনঃ সমাধান অতীব আবশুক। এক রপে মন বিস্তৃত থাকিয়া অন্ত সম্লায়ে নিষ্পৃহ হইলেই প্রথমে ভগবানেব এক অঙ্গ খ্যান কবিতে হয়। তৎপবে নিবনশব বাদ্ধব ক্ষুৰ্ত্তি হইতে থাকে। এইবাপ কানিয়েগে অভ্নক্ত যে পরম পুরু-বেব কল্পনা বিহান দ্বাপ এ২৭ ৯৯ ভাষাই সমাধি বলিয়া निर्मिष्ठे चाहि। धे नमाधि-वर्षारे विकारनव উৎপত্তি स्थ। সেই বিজ্ঞানই পরব্রন্ধ প্রাপক ব্রন্ধজ্ঞান কপে কথিত। ঐ বন্ধজ্ঞান প্রভাবেই আত্মা সমস্ত ভাবনা পবিশূল ২ইগা প্ৰথম্ৰেল বিলীন হইষা থাকে। বিজ্ঞান ভিন্ন ব্ৰহ্ম ঘাতেব উপায় আৰু কিছুই নাই। বিজ্ঞানই আত্মাৰ মক্তি কার্য্য সম্পাদন কবে। আত্মা প্রমাথ চিন্তা স্মার্ড হট:লই ভেদজ্ঞান বিহীন হইশা থাকে। ভেদজ্ঞান বিনষ্ট হইলেই আশ্বাব ত্ৰন্ধে সভেদ ভাব প্ৰাছ্ৰ্ভূত হইবে।

যোগীৰ হৃদ্ধস্থিত দ্বাদশদৰ সনাহত নামক পদ্মেৰ অভ্য স্তব হুইতে অভূত পূৰ্ব্ব শব্দ ও তামা হুইতে উদ্ভূত প্ৰতিশ্ব ঞ্তিগোচৰ ছইবে। পবে যোগী ন্যন নিমীলনাবস্থায অন্তব মধ্যে সেই সনাহত পদ্মন্ত প্রাতধ্বনিব সন্তর্গত ছোাতিব দশন পাইবে। দেই দীপন লিকাকাৰ জ্যোতিৰ্দ্ময ব্ৰন্দে যোগীজনেৰ মন সংযুক্ত ২ইলে তিনি ব্ৰহ্মৰূপী বিষ্ণুৰ পর্ম পদে লীন হইতে পানিবেন। ভারবী কুপ্তক দিদ্ধ গোগাৰ সমাধিসিদ্ধি ইইয়া থাকে।

(सागीवाङि सकल्म कुछक कविया मनत्व नगड रिक्मित तारियंव क्ट्रेंटिक निवृद्ध कर्वन श्रीतिक महरम्ब । মধ্যবর্ত্তী শুক্ল বর্ণ দ্বিদল আজ্ঞাপুব শামক পদাস্থিত প্রমাত্মাতে লীন কবিবে। এই স্থপ্থদ সূর্চ্ছণ নামক কুম্ভক হইতে প্রমানন্দ ভোগ হইয়া থাঁকে।

খাস বাষ্ব নির্গমন কালে হংকার এবং গ্রহণ কালে সঃকাব উচ্চাবিত হইষা থাকে। সেই উচ্চাবিত হংবাৰ শিববাপী ও সংকার শক্তিবাপা। এই প্রম পুরুষ ও প্রকৃতিমন হংসঃ বা সোহহং শন্তকেই মন্ত্রপা গাৰ্মী বলে। এইকপে জীব সমস্ত দিবা বাত্রি মধ্যে এক বিংশতি সহস্ৰ ষ্ট শতবাৰ অঞ্জপা নাম গাৰ্বতী জপ ক্ৰিয়া থাকে, অৰ্থাৎ অহোবাত্ৰ মধ্যে ২১৬০০ বাব নিখাস বহির্গত ও প্রধাস অন্তঃ প্রবিষ্ট হইয়া থাকে। প্রজনেশ ও *ণিঙ্গ-মূলেন* মধ্যস্থিত মূলাধার পদ্ম, হৃদ্ধ*ি*তে অনাহত পন্ম এবং ইডা ও পিঙ্গলা নাডিক্লপ নাদা পুট্ছয এই তিন প্রকাব স্থান দাবাই হংসংকণ অজ্পা জ্বপ অর্থাৎ খাস্ বাষ্ব গমন ও আগমন হইয়া থাকে। এই শাস বাষ্ধ বহিৰ্দ্দেশে গতিৰ পৰিমাণ ষধৰতি অঙ্গুলী হইবা থাকে। এই শাস বাযুর স্বাভাবিক বহির্গতিব প্রিমাণ ছাদশা-সুল, কিন্তু গাখনে গোড়ৰ, ভোজনে বিংশতি, পথ গুমুণে

চতুর্বিংশতি, নিদ্রাতে ত্রিংশৎ, মৈথুনে ষ্টত্রিংশৎ এবং ব্যায়ামে ইহারও অধিক অন্মূলী পরিমাণ হইষা থাকে। শ্বাদ বহিৰ্গমনেৰ পৰিমাণ স্বাভাৰিক ছাদশাঙ্গলেৰ অপেকা नान रहेरन जायुर्व कि अवः अधिक रहेरन जायु क्रय रहेश থাকে। দেহ মধ্যে প্রাণবাযুব অবস্থানে কদাপি মৃত্যু সংঘটিত হয় না। প্রাণবাযুই কুক্তক সাধনেব মূল হেতু। জীব জন্ম অবধি মৃত্যু পর্যান্ত যথোক্ত পবিমিত সংখ্যার অজপা মন্ত্ৰ জপ কবিষা থাকে। এই দেহ মধ্যে প্রাণবাযুব কেবল গমনাগমনেই কেবলি কুম্ভক-সাধিত হুইয়া থাকে। এই কেবলি কুম্বক সাধনে পূবক ও বেচক নাই, কেবল কুম্বকই আছে। উত্তৰ নাসাপুট দাবা বাযু আকর্ষণ কবিয়া কেবলি কুম্ভক কবিবে। প্রথম দিনে এই কুম্ভক সাধনে এক অব্ধি চতুঃষ্টি বার পর্য্যন্ত হংস বা সোহহং এই মাত্ৰ জপ সংখ্যা দ্বাবা শ্বাস বাযু ধারণ করিবে। প্রতিদিন এই কেবলি নামক কুম্ভক অষ্ট প্রহরে অষ্টবাৰ, কিমা প্ৰভাতে, মধ্যাহে, সায়াহে এবং মধ্য ও শেষ রজনীতে এই পঞ্চ সময়ে পঞ্চবাব, অথবা প্রভাত, মধ্যাহ্ন, ও সাযাহ্ন এই তিন সন্ধাতে তিনবাৰ মাত্ৰা

জ্ঞপের সমান সংখ্যায় ধারণ কবিবে। এই কেবলি কুন্তক যে পর্যান্ত না সিদ্ধ হইবে. সে পর্যান্ত দিন দিন অজ্বপা জপেব পবিমাণ এক বা পঞ্চবাব ক্রমে বর্দ্ধিত কবিবে। এই কেবলি কুম্ভকৃসিদ্ধি হইলে ভূতলে অসাধ্য কিছুই থাকে না।

ধ্যান তিন প্রকাব। তুল ধ্যান হক্ষ ধ্যান ও জ্যোতি র্ধান, যাহাতে মুর্ত্তিময় ইষ্টদেবতা বা পরমাঞ্চলকে ভাবনা কৰা যায়—তাহার নাম সুল খান, যাহা দাবা তেজময় ব্ৰহ্ম বা প্ৰকৃতিকে চিম্তা কবা বাব তাহাকে জ্যোতিৰ্ধ্যান. এবং বাহা হইতে বিন্দুময় ব্ৰহ্ম ও কুলকুণ্ডলিনী শক্তিকে ধাান ছারা দর্শন কবিবাব ক্ষমতা জ্বের তাহাকে স্ক্র ধ্যান কহা যায়।

যোগী স্বীৰ অন্তবে নয়ন নিমীলন কবিষা এইরূপ ধ্যান ক্রবিবে যে, স্থল্ব অমৃতবাশি পূর্ণ একটি মহা দাগর বিস্তৃত বহিয়াছে। সেই সাগবের মধ্যে বত্নদীপ বিরাজিত আছে, তাহাতে বত্নময় বালুকা সকল অপূর্ব্ব ছ্যুতি বিকীর্ণ কবিতেছে। কদম্বিটপি দমূহ দাবা বত্ন দ্বীপেব চাবি দিকে সাতিশ্য শোভা বদ্ধিত হইতেছে। বাশি বাশি ক্দমকুমুম প্রশ্ব টিত হইয়া ক্দম্পাদ্প স্কল্কে অলম্ক্ড

কবিষা আছে। এই কদৰোদ্যানেব চতুৰ্দিকে মানতী, মলিকা, জাতী, নাগকেশব, বকুল, চম্পক, পাবিজাত স্তলক্মল প্রভৃতি বিবিধ কুস্থম তক্বাজি পবিধাব ন্যাগ শবিবেষ্টিত বৃত্তিয়াছে। এই সকল মালতী মনি कानि भूष्ट्र निकरवन भरक अधिन निद्याश्चन आस्मिनिङ খইবাছে। উপবনেব অভান্তবে মনোবম কল্পতক আছে। তাহাৰ চতুৰ্বেদমৰ চাৰিটি শাখা। ঐ শাখা পলৰে নিতা সালাজাত ফল ও অন্নান কুমুম বাশি পবিশোভমান ব্চিমাছে। প্রতি প্রশাথ-বিশ্বয-মঞ্জবী-প্রভৃতিতে মত্ত মধুকবগণ মধুব ওঞ্জন ও কল নাদি কোকিল রন্দ শবণ স্থুপদ কুহবণ কবিতেছে। এই কল্পবক্ষেব স্থাণীতন ছাৰা তলে মহামাণিক্য নিৰ্দ্মিত প্ৰদীপ্ত একটি মঞ্চ শ্বৃত্তি পাইতেছে। তাহাব উপনি ভাগে অতীব চিত্তা নন্দ দাসী পর্যান্ধ বিদ্যামান আছে। সেই পর্য্যান্ধাপণি নিজ ইষ্ট দেবতা স্থবিরাজমান বহিষাছেন। সেই ইষ্ট দেবতাব ধ্যান, রূপ, ভূষণ, বাহন প্রভৃতি ববিময় গুৰু ষেক্স উপদেশ প্রদান কবিষাছেন সেই রূপেই নিত্য ধানে ক্ৰিবে। চ'গাকে খুল ধ্যান কহা যায।

অন্য ৰূপ স্থল ধ্যান কথিত হইতেছে, ব্ৰহ্মবন্ধে সহস্ৰ দল বিশিষ্ট সহস্রাব নামে এক মহা পদা আছে। এইবপ চিম্বা কবিতে হইবে মে. তাহাব ক্ষণিকা অর্থাৎ বীজ কোষেব মধ্যে অন্য একটি দ্বাদশদলযুক্ত পদ্ম সন্নিবিষ্ট আছে। এই পদা শ্বেড বর্ণ ও অভিশয় দীপ্রি সম্পন্ন। এই পদেব ভাদশটি দলে যথাক্তমেহ সক্ষল ব ব যুং হ স ফ্রেং এই দাদশটি বীজ সঙ্কিত আছে। এই দাদশ দল পদ্মের মধ্যে কর্নিকা সর্থাৎ বীজকোরে অ ক থ এই তিন বৰ্ণে তিনটি বেখা এব হল ক এই তিন বৰ্ণে তিনটি কোণ সংঘক্ত আছে। ইহাব মধ্যভাগে ওঁকাব প্রণব বৰ্ত্তমান আছে। এই স্থলে নাদ বিন্দুমৰ মনোৰম্য একটি পীঠ বহিষাছে। ঐ পাঠেব উপ্যাভাগে ছইটি হংস বিদ্যমান আছে। এই স্থলে পাছকা অবস্থিত আছে। এই স্থলে প্রকলেব বিবাজমান বহিষাছেন। ঠাহাব হস্ত দুইটি, ন্যন তিনটি, প্ৰিধানে শ্বেত বস্তু, শ্বীবী শুকু বৰ্ণ গ্ৰদ্ধ দ্ৰো প্ৰলিপ্ত এবং পল দেশাদি খেত বৰ্ণ কুম্বম গ্রথিত মাল্যে প্রিশোভিত। তাঁহার বাস ভাগে বক্ত বৰ্ণা শক্তি অৰ্থাৎ গুৰুপত্নী বিবাজ মানা বহিষাছেন। এইকপ গুৰুব খান হইতে ছুল খান সিদ্ধি হব।

তুল ধ্যান কথিত হইল, এক্ষণে তেজোধ্যান প্রবণ কব।
তেজোধ্যান দ্বারা যোগ সিদ্ধি এবং আত্মান প্রত্যক্ষতা
হইষা থাকে। গুল্ক দেশ ও লিজমূলের মধ্যবন্ধী মূলাধার
পলে, দর্শিণীর আকারে কুগুলিনী শক্তি অবস্থিত আছেন।
এই স্থলে জীবাঝা প্রদীপশিখার আকারে স্থিত আছেন।
এই স্থানে তেজোকপী ব্রহ্মের ধ্যান করিবে। ইহাকে
তেজোধ্যান কহা যায়। অথবা জ্ঞ যুগলের মধ্যে এবং
ননঃ স্থানের উর্দ্ধে যে উকারময় ও শিখাসমূহ যুক্ত তেজঃ
বিদ্যমান আছে, সেই তেজোবাশিকেই ব্রহ্মকপে ধ্যান
করিতে হইবে। ইহাকে তেজোধ্যান বলে।

সাধক! তেজোগ্যান প্রবণ কবিলে, অধুনা স্কাগ্যান বলি, প্রবণ কব।—বোগীব অনেক ভাগ্য ফলে কুলকুগুলিনী-শক্তি জাগ্রত হইষা আত্মার সহযোগে নেত্র বন্ধু পথে নির্গত হইয়া উর্ভ্নন রাজমার্গ নামক স্থলে বিচরণ কবে। বিচরণ কালে সেই কুগুলিনীশক্তিকে তাঁহাব স্ক্রম্ব ও চঞ্চ-লগ্ধ হেতু ধ্যান যোগে দর্শন কবিতে পারা যাধ না। অতএব সাধক। শান্তবী মূলা অবলম্বন কবিয়া কুগুলিনীব ধ্যান পব হইবে। ইহাকে সক্ষ ধ্যান কলা যায়। ইহা অতি গোপ-নীয় ও সূহল ভ। তেজোধ্যান স্থল্যান হইতে শত গুণে শ্রেষ্ঠ এবং সক্ষধ্যান তেজ ধ্যান হইতে লক গুণে শ্রেষ্ঠ। পাঠক। এই তোমাকে ছল ভ ধ্যান যোগ বলিলাম। বাহা কইতে আত্মাব সাক্ষাৎ কাব হইবা থাকে, তাহা হইতেই ধ্যান সিদ্ধি হয়।

শুক্ব কুপা ও প্রদর্গ প্রাপ্তাংইলে এবং শুক্র প্রতি
ভক্তি থাকিলে সাধকের অনেক ভাগ্য ফলেই সমাধি নামক
প্রধান যোগ লাভ হইষা থাকে। যে যোগীর বিদ্যা, শুক
ও আপনার প্রতি প্রত্যর এবং মনেক প্রবোধ দিন দিন রৃদ্ধি
হইতে থাকে, তাঁহারই সমাধি যোগ সাধনের বিলক্ষণ
অধিকার হয়। মনকে শবীর হইতে পৃথক কবিরা
প্রমাস্থার সহিত সংমিলিত করিবে। এই ক্রিয়াকে
সমাধি কহা যায়। ইহা ছারা পার্থিব ও দৈহিক সর্ব্বপ্রকার অবস্থা হইতে মুক্তি লাভ কবা যায়। এই সমাধিযোগ সাধন কবিলে যোগির এইরূপ নিত্য জ্ঞান জন্মিবে
যে, আমিই ব্রন্ধ এবং ব্রন্ধই আমি, আমি ব্রন্ধ হইতে ভির

নহি, অর্থাৎ ব্রন্ধেব স্থক্প, আমি শোক তাপাদি বিহীন, নিত্য মোক্ষ প্রাপ্ত ব্রন্ধ প্রকৃতিস্থ এবং সত্যমধ, জ্ঞানমধ ও নিত্যানন্দ মধ। এবস্থিধ নিত্য অধ্যৈত্যজ্ঞান জ্মিলেই পক্ত সমাধিসিদ্ধ যোগী কওয়া যাস।

সমাধি-বোগ ছব প্রকাব—খ্যান-যোগ-সমাধি, নাদ গোগ সমাধি, বদানন্দ-যোগ সমাধি, লগ-সিদ্ধি-যোগ সমাধি, ভক্তি যোগ সমাধি, বাজ-যোগ-সমাধি।

প্রথমে শাস্তবী মুদ্রা অবলম্বন কবিবা আত্মাকে প্রত্যক্ষ কবিতে হইবে। পবে বিন্দুম্য ব্রহ্মকে দৃষ্টি পথ মধ্যে আন যন কবিশা খনকে ঐ বিন্দু স্থানে নিযুক্ত কবিতে হুইবে। পবে শিবঃস্থ ব্রহ্মলোক্ষম আকাশ মধ্যে জীবাত্মাকে আনিয়া এবং জীবাত্মাব মধ্যে ঐ শিবঃস্থ ব্রহ্মলোক্ষম দেখিশা বোগী প্রমাত্মাতে লীন এবং অবিবোধ্ময় অর্থাৎ মুক্ত ও সদানন্দ্ময যুক্ত হুইবে। ইহাকে ধ্যান যোগ সমাধি বলা যায়।

পেচবী মুক্তা সাধন দাবা জিহবাকে বিপবীত গামী কবিয়া তালু কুত্বস্থ স্থাকৃপে সংলগ্ন কবিবা উৰ্দ্ধগত কবিষা বাথিতে হইবে। ইহা দাবা অন্তান্ত সাধাৰণ ক্ৰিয়া পৰি-

ত্যাগ পূর্ব্বক সমাধি সিদ্ধি শক্তি লাভ হইয়া থাকে। ইহাব নাম নাদযোগ সমাধি।

শ্রামবী কৃত্তক অবলম্বন কবিথা অল্প অল্প বেগে শ্বাস বায়ব বেচন কবিবে। এই যোগ দ্বাবা দেহান্তঃস্থ ভ্রুগব গুল্পন বং শব্দ শ্রুতিগোচৰ হইতে থাকিবে। যেন্থান হইতে এবম্বিদ ধ্বনি উথিত হইবে, সেই স্থানেই মনকে নিগোজিত কবিতে হইবে। ইহাৰ নাম বসানন্দ-যোগ-সমাধি। ইহা দ্বাবা সোহহস্ অর্থাৎ সেই ব্রহ্মই আমি, এইরূপ নিত্যা প্রমানন্দ বসভোগ হইয়া থাকে।

বোদি মুদা অবলম্বন কবিয়া ঘোগী আপনাকে শক্তি
অর্থাৎ স্ত্রী এবং প্রমান্ধাকে পুক্ষ কয়ন। কবিবে। স্ত্রী
পুরুষবৎ আপনার সহিত প্রমান্ধার শৃক্ষার বদ পূর্ণ বিহাব
তইতেছে, এরপ জ্ঞান কবিতে হইবে। এতাদৃশ
সম্প্রোগ হইতে উৎপন্ন প্রমানন্দবদে ময় হইষা প্রম এক্ষাব সহিত স্বন্ধং অভেদরূপে প্রম প্রণয়ে মিলিত
তইয়াছি এরপ বোধ কবিবে। ইহা হইতে আমিই ব্রন্ধ ও অন্বিতীয়, এরপ নিত্য জ্ঞান জ্বিয়া থাকে। এই
স্মাধির নাম লয় সিদ্ধিযোগ। প্রমানন্দ ও ভক্তিব সহিত স্থীব হাদর মধ্যে ইট দেবতাকে ধ্যান করিতে হইবে। একপ ধ্যান হইতে আনন্দ
ক্ষনিত স্বক্র ধাবা প্রবহিত, শ্বীব প্রকৃতিত ও মন নিত্য
ভাব প্রাপ্ত হইতে থাকিবে। ইহাব নাম ভক্তি যোগ
সমাধি। ইহাদ্বাবা ব্রহ্ম সাক্ষাৎকাব লাভ কপ মনেব
উন্মিলন হইষা থাকে।

মনোমূর্জা নামক কুম্ভক অবলমন পূর্ব্বক প্রমান্তাতে মনকে সংযত করিবে। এই রূপ প্রমান্তা সংযোগ হইতে রাজযোগ-সমাধি সিদ্ধি হইষা থাকে।

বাগদণ্ড, কর্ম্মণণ্ড ও মনোদণ্ড এই ত্রিবিধ দণ্ড বিনি সংযমিত কবিবাছেন তিনিই ত্রিদণ্ডী বোগী বলিষা উক্ত হইয়া থাকেন। উক্ত ত্রিবিধ দণ্ড বোগীজনের অবশ্র বর্জনীয়।

বাহা অন্ত সকল প্রাণির রাত্রি, সংঘমী বোগী তাহাতে জাগিয়া থাকেন, অর্থাৎ তাহাই যোগীর দিবা। আব অন্তান্ত সকল প্রাণি বাহাতে জাগিয়া থাকে, আত্মতত্বদর্শী মূনি ভাহাতেই নিজিত থাকেন, অর্থাৎ ভাহাই ভাঁহাব নিশা। ইহার তাৎপর্য্য এই বে, সাধারণ প্রাণীগণ আত্মতত্বে

নিদ্রিত এবং সংসাবের প্রতি জাগ্রত থাকে, কিন্তু যোগী-গণ, আস্থৃতত্ত্বেই জাগ্রত এবং সংসাব বিষয়ে নিদ্রিত থাকেন। অর্থাৎ যোগীকে উক্তরূপ আচবণ কবিতে হইবে।

মান ও অপমান, বাহা সাধাবণগণেব প্রীতি বা অপ্রীতি জন্মাইষা থাকে, বোগীব তাহার বিপরীত, অর্থাৎ তিনি মানে সম্ভষ্ট হন না এবং অপমানেও ক্ষষ্ট হন না; সর্ব্বত্রই তাহার সমান দর্শন বর্ত্তমান থাকে।

অসিধানা ও বিষ বহি সমান বলিবা বিনি দর্শন করেন, বিনি সর্বত্ত সমবৃদ্ধি, বুধগণ তাঁহাকেই যোগী বলিয়া থাকেন।

বোগবিদ্যোগী, অতিথি শালায় গমন কবিষা অতিথি হইবেন না, শ্রাদ্ধ বা যজ্ঞস্থানে অথবা দেব ধাতায় ও উৎসবে এবং মহাজনতায় গমন কবিবেন না।

ব্ৰহ্মচৰ্য্য অৰ্থাৎ অষ্ট বিধ মৈখুন বৰ্জন, অলোভ, দয়া, আক্ৰোধ, স্থিরচিত্ততা, আহাব-লাঘব ও শৌচ এই সকল যোগীগণের বিশেষ নিষম। এ সকল নিয়ম পালনে যত্ন কৰা যোগী জনের একান্ত কর্ত্তব্য।

সারভূত কার্যাসাধক বে জ্ঞান, যোগী তাহাবই উপাসনা

কবিবেন, বহু জ্ঞানেব নিমিত্ত ব্যগ্র হইবেন না। যেহেও ব্ছজ্ঞান যোগ সাধনেব বিভক্ত হয়।

সমাহিত চিত্ত, এক্ষনিষ্ঠ, অপ্রমন্ত, জ্ঞানবান, একান্ত ষ্ঠিত (নির্জ্জন সেবী) সংবতেন্দ্রিষ, শুদ্ধ বৃদ্ধি, লোষ্ট্র ও কাঞ্চনে তুল্য বুদ্ধি হোগী অক্ষয় প্ৰমপ্ত অৰ্থাৎ কৈবল্য যক্তি লাভ কবিতে পাবেন।

যোগীর পথ্যাহার।

যোগ সাধন কালে যে যে দ্রব্য যোগিব পথ্য ভাছাবঙ সংক্ষেপে উল্লেখ হইতেছে।

শালি-তণ্ডুঘোৰ অন্ন, ধৰ, গম, মুগেৰ ধ্ৰ, ভাল ও ভূষহীন কালকাদি-পটোল, কাঁঠাল, কঞাল, স্থকাণ, দাঢ়িকা, কর্কটি (কাঁকুড), বম্ভা, ডুৰ্ব, স্থকণ্ঠক, বাঁচ কলা, কচি কলা, মৃগক, আলু, ঝিঙ্গে, কঢিশাক, কান শাক, পল্তা, বাস্ত্ৰক (বেতো শাক), হিঞ্চি, নবনীত স্থত, তুগ্ধ, ইকুগুড, ইকুচিনি, পঞ্চরন্তা, নাবিকেল, দাড়িগ্ধ, প্রিদ, দ্রাক্ষা (আন্ত্র), লবণি (লোনা, আতা), ' আমনকী, অমু বৰ্জিত ও অকট অন্তান্ত না, জাতি,

লবন্ধ, জাম, কুড্ৰুৰজাম, হৰীতকী, পিণ্ড ঋজুৱ, ক্ষীব,
মিষ্টান্ন, চূৰ্ণবিৰ্জিত-তাশুল, কপূৰ, বিষ্ঠুৰ, স্থমঠ, স্প্ৰ
ৰাজক এই সকল ক্ৰব্য ভক্ষণ কৰিবেন । লঘু পাক, প্ৰিত্ব,
নিন্ধ, ধাতু পোষক, ও মনঃপ্ৰফুল্লকৰ দ্ৰব্যই বোগিদিগেৰ
পণ্য। এইন্ধপ আহাবেৰ নাম পণ্যাহার।

যোগিগণের মিতাহাব।

আরম্বাবা উদ্বেব আর্কভাগ, জলদানা চানি ভাগেব এক ভাগ, পূর্ণ কবিষা উদ্বেদ চাবিভাগের এক ভাগ বাষ্ পবিচালনার্থ বাখিয়া দিবে, অর্থাৎ তাহা আয়াদি দানা পূর্ণিত কবিবে না।

শুদ্ধ (পবিষ্ণুত), সুমধুব বদ বিশিষ্ট স্নিগ্ধ এই কপ খাইলে উদবাধান (পেট ফাঁপা) হইবে না, এই রূপ স্থান অর প্রীতি পূর্ব্বক ভোজন কবিলে তাহাকে পবিমিভাহাব কহে।

নির্জন পর্বত কন্ধব বা নির্জন বন প্রদেশে অবস্থিতি পূর্ববিদ, পূর্বোক্ত দ্রব্য সকল ভক্ষণ ও মিতাহাব কবিষা মংযত মানবে পূর্বোক্ত অধীক্ষ খোগ অভ্যাদ কবিলে যোগী যোগ দিদ্ধি লাভ করিয়া কৈবল্যমূক্তি প্রাপ্ত হইতে পাবেন।

সাংখ্যমতাবলম্বীবা পুৰুষকে ঈশ্বৰ এবং প্ৰকৃতি ভ পুরুষের মিলনকে মুক্তি বলেন। বোগসিদ্ধ হইলে জীব यथन श्रुक्त मगाक काल नीन इत्र, उथन জीत्व मुक्ति লাভ হইয়া থাকে। সাংখ্য মতে প্রকৃতিই এই অথিল ব্ৰন্ধাণ্ডেন সৃষ্টি কবিষাছেন। এই শান্তে চতুৰ্বিংশতি তত্ত্ব নিরূপিত আছে। যথা প্রকৃতি, মহতত্ত্ব, অহঙ্কাব, মন. অপঞ্চীক্বত, ক্ষিতি, অপ, তেজ, মেরং, ব্যোম, এই পঞ্চ তন্মাত্ৰ, নাসিকা, বসনা, নেত্ৰ, ত্বক, শ্ৰোত্ৰ এই পঞ্চ বৃদ্ধী ক্রিয়, বাক, পাণি, পদ, লিঙ্গ, গুড়, এই পঞ্চ কর্মেক্রির এবং পঞ্চীক্রত ক্ষিতি, অপ, তেজ্বঃ, মকং, ব্যোম এই পঞ্চ মহাভূত পদার্থ। এই চতুর্ব্বিংশতি তত্ত্বেব জ্ঞান হইলে, মানবগণ ক্রমশ যোগাভ্যাস-দারা মুক্তি লাভ কবিতে সমর্থ হন।

চতুর্দশ অধ্যায়।

ঐশ্বর্য।

ঐশব্য অষ্ট প্রকাব। নথা—মণিসা, গণিমা, প্রাপ্তি, প্রাকাম্য, মহিমা, ঈশিতা, বশিতা ও কামাবসায়িতা। মনুষ্য যোগবলে এই অষ্টবিধ ঐশব্যলাভ করিতে পাবেন। ঐশব্য দিদ্ধ হইলে, মনুষ্যগণ ঈশবেৰ ভাৰ অলৌকিব সামর্থাশালী হন।

অণিমান অর্থ ক্ষাভাষ। অণিমা-সিদ্ধিন প্রভাবে দেবতা ও সিদ্ধান অতিশব ক্ষা হইবা সর্ব্বেই বিচনণ কবিতে পাবেন। তৎকালে কেছই তাঁহাদিগকে দেখিতে পার না। অণিমা-সিদ্ধ হইলে, শিলার মধ্যেও প্রবেশ কবিতে এবং ক্বাটাদি সম্বদ্ধ গৃহেৰ অভ্যন্তন হইতে বহির্গত হইতে সমর্থ হওৱা যায়।

লবিমাব অর্থ লঘুভাব, বা লঘুত্ব। লবিমাসিদ্ধিব প্রভাবে থর্য্য-বশ্বি অবলম্বন কবিষা স্থ্যলোকে গমন কবিবার নামর্থ জন্মে। লবিমাসিদ্ধ হইলে, বৃক্ষ স্থিত পর্ত্তোপরি

দ্রভাষমান হইষা স্থিব থাকিতে এবং খড়ম পাষে দিয়া জলেব উপবি গমন কৰিতে পাবা খাব।

প্রাপ্তিব অর্থ দ্বস্থিত পদার্থেব ইন্দ্রিষ সন্নিকষ। ইহাৰ প্ৰভাবে গ্ৰহে বসিধা অঙ্গুলিব অগ্ৰভাগ-দাবং চন্দ্ৰকেও স্পাণ কৰিতে পাধা বায।

প্রাকাম্যের অর্থ ইচ্ছার অনভিঘাত। প্রকাম্যাসিদ্ধি দাবা ইচ্ছানুসাবে ভূমিতে প্রবেশ কবিয়া ভূমি বিদাবণ পূৰ্লক উখিত হইতে সমৰ্থ ২ওষা ধাৰ এবং জনমগ্ন হইবা বথেচ্ছ-সময় অবস্থিতি কবিতে সামৰ্থ্য জন্ম তজ্ঞস্ত কোন কষ্ট অমুভূত হয় না।

মহিমাসিদি দাবা মহাপ্রভাবশালী হইতে এবং বণেচ্ছ বৰ্দ্ধিত হইবাব সামৰ্থ জন্ম।

ক্ষীশিৱেব অর্থ প্রভুত্ব। ক্ষীশিত্ব সিদ্ধি দাবা ভূত ভৌতিকাদিৰ উপৰ প্ৰভুত্ব কবিতে পাৰা যায

বশিত্বেব অর্থ বশ্রতা। বশিধ-সিদ্ধি-ধাবা ভৌতিক পদার্থ সমূহ ইচ্ছামাত্রেই বশীভূত হয় 🕇

কামাবসায়িতাব অর্থ সত্য-সংকল্পতা। এই সিদ্ধি দাবা মনেব যেকপ সংকল হয়, ভূতপ্র সেইকপই ইইয়া থাকে।

স্থূল সংযম বিজ্ব-ছারা ভাণিমা, লঘিমা, প্রাপ্তি ও মহিমা এই চভূর্বিধ সিদ্ধি, স্বরূপ-সংঘম বিজয় দাবা প্রাকাম্য, অর ও বিষয় সংখম জয়-দ্বাবা ঈশিও, সুজা বিষয় দংযম জয়দ্বাৰা ৰশিত্ব এবং অৰ্থ বিভ সংগ্ৰম বিজয় দ্বাৰা কামাবসাযিতা লাভ কবিতে সমর্থ হওবা যায়।

এই অষ্ট বিধ দিদ্ধি সম্পন্ন ব্যক্তিব কিছুই অপ্রাপ্য পাকে না। তিনি সম্বর মুক্তি লাভে সমর্থ হন।

এই অষ্টবিধ সিদ্ধিই বোগবলে উৎপন্ন হয। গুদ্ধাশয় ২ইযা যোগানুষ্ঠান কবিলে অবশ্রন্থ সিদ্ধিলাভ হইয়া থাকে।

পঞ্চদশ অধ্যায়।

ব্ৰেশাজ্ঞান।

বাহাকে লাভ করিলে আব কিছুতেই তাঁহা ৷হইতে ষ্দিক লাভ বোধ হয় না, আব যাঁহাতে আবিভূতি হইকে ওকতব ফু:খও তাঁহা হইতে বিচলিত করিতে পারে না, তাঁহাকেই প্রক্ত হুও এবং মোগ বলা যায়। এব পবিশুদ্ধ সন্তঃকরণে তাঁহাকে অর্থাৎ পবত্রহ্মকে লাভ করিতে মত্মবান হও। যোগীন্দন এইবাণ আত্মযোগ জন্ম-ষ্ঠান কবতঃ ত্রহ্মস্থপ্সংস্পর্শে নিস্পাপ হইষ। নিব্ভিশয় সুখ-সম্ভোগ করেন। বেমন কুশাগ্র ছাবা এক এক বিন্দু জল নেচন কবিলেও কালান্তরে সমুদ্র সিঞ্চন সম্ভব হয়, তদ্ধপ নিববচ্ছিন্ন একাগ্রননে বোগামুগ্রানে কালক্রমে মনেব নিগ্রহ হওয়া অসন্তাবিত নয়। বেমন দাহ-ভূণাদির অবদানে অগ্নি স্বয়ং উপশ্মিত হয়, দেইরূপ যোগাভ্যাস-বশতঃ বৃত্তিক্ষয়ে মানবেৰ অস্তঃকরণ স্বয়ং নিগৃহীত হইষা উপশান্ত হইয়া থাকে। ফলতঃ অন্তঃকরণই এই মায়িক

সংসাব, অতএব অত্যন্ত যত্নেৰ সহিত তাহার সংশোধন কবা অবশ্য কর্ত্তব্য, বেহেতু মন্ধব্যের বেরূপ অস্তঃকরণ সেইরূপই কলপ্রাপ্তি হইষা থাকে। **অন্তঃক**বণ নিগৃহীত হইলে শুভাশুভ সমুদায় কর্ম বিনষ্ট ছইযা বাব। পবে দেই প্রসরায়া ন্যক্তি প্রমাত্মস্রথে অবস্থিতি কবিয়া অক্ষ্য স্থুথ ভোগ করিয়া গাকেন। জীব সকলেব অস্তঃক্বণ বাহা বিষ্বে বেমন আসক্ত হয়, সেইৰূপ ব্ৰন্ধেতে যদি ক্ষণ-কালও নিবিষ্ট হয়, তবে কোন ব্যক্তি সংসাব বন্ধন হইতে বিমৃক্ত না হয় ? অন্তঃকরণ তুই প্রকাব—শুদ্ধ ও অশুদ্ধ। ফামাদি সংস্পর্গবশতঃ অন্তঃকরণকে অন্তদ্ধ বলে এবং নিকাম অন্তঃকরণকে শুদ্ধ কহে। অতথ্য মন্ট মহুযোব বন্ধ মোক্ষেব কাবণ , যেহেতু মন বিষয়াসক্ত হইলে তাহাকে বন্ধ বলে, আব নির্বিধৰ হুইলে তাহাকে মুক্ত কহে। যোগাভ্যাস দারা বিশুদ্ধ হইষা আত্মাতে নিবেশিত হইলে অন্তঃকৰণে বে নিবতিশন্ন অলৌকিক ব্ৰহ্মানন্ত অনুভূত হয়, তাহা বাক্য দ্বাবা বৰ্ণনা ক্বা অসাধ্য. কেবল সেই অন্তঃকরণই ভাহা গ্রহণ কবিতে পাবক হন। বাদও দেই **প্রকা**র যোগাবস্থা চিম্নস্থানী নতে, তথাপি কেবুল

অন্থান কালে তাহা ক্ষণিক ব্ৰহ্মানন্দেৰ নিৰ্ণাষক হয়।
ত্বতএৰ শ্ৰদ্ধাবান্ বত্নশীল ব্যক্তিদিগেৰ ব্ৰহ্মানন্দসম্ভোগ যে
সৰ্বাদা নিশ্চৰ থাকে, তাহাৰ কাৰণ এই বে একবাৰ
ব্ৰহ্মানন্দ নিশ্চিত হইলে সৰ্বাদাই তাহাতে বিশ্বাস জন্ম।

যজ্ঞপ প্ৰসঙ্গাভিলাষিণী কামিনী গৃহকাৰ্য্যে ব্যাপ্তা হুইয়াও সেই প্ৰসঙ্গজনিত বৃদাস্থাদন কৰে, তজ্ঞপ বোগী ব্যক্তি প্ৰমন্ত্ৰজি প্ৰমাত্মতত্বে বিশ্ৰাম ক্ৰতঃ বাহু বিষয়ে প্ৰব্ৰ হুইয়াও সেই প্ৰমাত্মতত্ব আস্থাদন কৰেন। ইন্দ্ৰিয় গণেৰ প্ৰবৃত্তত নিৰ্ভিশ্য আনন্দাস্থাদনে অভিলাষ ক্ৰতঃ সমস্ত ইন্দ্ৰিয়গণকে দমন ক্ৰিয়া সেই আনন্দ চিন্তাম যাহাৰ প্ৰবৃত্তিহয়, তাঁহাকে ধীৰ কহে।

ভাববাহক ষেমন মন্তকেব ভাব নামাইয়া বিশ্রাম বোধ কবে, তেমনি সাংসাবিক বিষয় পবিত্যাগ কবিলে মন্ত্র্যা বিশ্রামন্ত্রখ ভোগ কবিতে পাবে। যেমন অধি-প্রবেশাদি দাবা শীঘ্র দেহ পতনেব ইচ্ছা বলবতী হইলে তৎকালে অন্ত বসেতে বিবক্তি ছামে, তত্রপ তত্ত্ত ব্যক্তিব বিষয় অন্ত্রসন্ধানে বিবক্তি হইষা খাকে। তত্ত্তানী ব্যক্তি বিষয়ানন্দ ও ব্রহ্মানন্দ উভয় আনন্দ ভোগ কবতঃ উভয় ভাষাভিজ্ঞ ব্যক্তিব স্থায় লৌকিক ও বৈদিক উভয় প্রকারই জানিতে সমর্থ হন। ছঃখ উপস্থিত হইলেও তিনি উদ্বিগ্ন হবেন না এবং বিষয় স্বধেতেও আসক্ত হন না, যেহেতু তিনি উভয়ই জানেন।

এই প্রকাব তত্ত্বভানীর জাগ্রত কালে যেরূপ সর্বদা প্রসানন্দ অমুভব হয়, তথাসনা জন্ম স্বপ্নকালেতেও জাঁচাব সেই ত্রন্ধানন্দ তক্ষপ প্রকারেই অন্তভ্ত হইয়া থাকে।

যাজ্ঞবন্ধ্য স্বীয় বনিতা নৈত্ৰেগ্নীকে উপদেশ দিয়াছিলেন গে. হে মৈত্রেষি। পতিব স্থাংখৰ নিমিন্ত স্ত্রীলোক পতি কামনা কবে না, কেবল আপনাবই স্থবে নিমিত্তে সীলোকে স্বামী কামনা করে। পতিব প্রতি পত্নীব বে প্রীতি হয়, তাহা পতিব স্থাধের নিমিত্ত নছে. সে কেবল আপনারই স্থাধেব নিমিত্ত, আব পত্নীব প্রতি পতি যে প্রীতি প্রকাশ কবেন, তাহাও কখন পত্নীব স্থথেব জন্ম নহে, তাহাও আপনার স্বধেব নিমিত।

যেমন হ্রথ সাধন বিষয় প্রযুক্ত অল্পানাদি প্রিয় হণ, তেমন আত্মাকে স্থাপাধনকপে প্রিষ বলা বিধেষ নহে, নেহেতু অন্নপানাদি যেমন ভোগ্যক্ষে প্রিষ, আত্মা তেমন ভোগ্য নহেন এবং কেহ তাঁহাৰ ভোক্তাও নাই। যদি তাঁহাতেই ভোগ্য ও ভোক্তৃ উভয় স্বীকাৰ কব, তবে কর্ম কর্তৃ বিৰোধ হয়।

অতএব বৈৰ্ষিক স্থথে বে প্ৰীতি, তাহা প্ৰীতি মাত্ৰ এবং পাস্থাতে যে প্রীতি, ভাহা অতি প্রীতি। স্থপাধন বিষয়েতে প্রীতি কখন কখন না গাকিতেও পাবে, কিন্তু আত্মাতে প্রীতি সর্বাদ।ই সমান, তাহাৰ ব্যভিচাৰ সম্ভাবনা নাই। যেহেতু বিষয় জন্ত যে স্থুখ, তাহা এক বস্তু পবিভ্যাগ কবিষা অন্ত বস্তুতে স্থাপিত হয়, কিন্তু আত্মা হোনাপাদেহ নহেন, স্মৃতবাং আত্মাতে দে স্কুখ, তাহাব ব্যভিচাব নাই। যদিও আত্মা হেয়োপাদেষ নহেন কিন্তু কোন কোন সময তাহাতে তুণাদিব ক্সায উপেক্ষা উপস্থিত হইষা থাকে। অতএব তাঁহাতেও প্রীতিব ব্যক্তিচাব আছে, কেহ কেছ এমত বলেন। ফলতঃ স্বৰূপত আত্মা উপেন্সা যোগ্য নাহন, মেহেতু তিনি স্বযংই উপেক্ষিত হবেন। স্কুতবাং ঁতাহাৰ উপেক্ষত্ব সম্ভব হৰ না। যদিও ৰোগ বা ক্ৰোগে অভিভূত হইয়া দ্বেষবশত কখন কখন আত্মাব পবিত্যক্ততা দেখা যায় : কিন্তু স্বৰূপতঃ তাহা আত্মার নহে,তাহা ত্যাগ্ৰ-

যোগ্য দেহেবই সম্ভব। যেহেতু ত্যক্তাব প্রতি দ্বেষ হয়
না, ত্যজ্ঞাবস্তব প্রতিই দ্বেষ হইয়া থাকে, অতএব ত্যজ্য
দেহেব প্রতি দ্বেষ হওয়াতে • কোন হানি নাই। আপনাব
প্রবোজনেব নিমিত্তে সকল বস্তই প্রিষ হয়,অতএব আত্মাই
প্রিষ পদার্থ। যেমন পুত্রেব মিত্র হইতে পুত্রকে অতি প্রিষ
বলা বাষ। আব আমাব অসত্তা কংন না হউক, আমি
সর্মান জীবিত থাকি, এই প্রার্থনা সকলেবই দেখা বায়,
স্মতবাং আত্মাতে যে প্রীতি, তাহাকে প্রভাক্ষ বলা বাষ।

শান্তে লিখিত আছে, ভগবান্ স্বয়ং ব্রন্ধা হইয়া জগতেব স্টে কবেন এবং তিনি নিজেই সমস্ত স্টবস্তর্মণে পবিণত হইয়াছেন। যিনি দৃশ্য অদৃশ্য সমস্ত পদার্থেই সেই ভগবানেব অন্তিম্ব উপলন্ধি কবেন, তিনিই প্রকৃত সাধু, যথার্থ যোগী এবং তত্মজানী বলিয়া উল্লিখিত হইয়া থাকেন। তত্মজানী মহাত্মাবা দাকব্রন্ধ, অন্তর্মা, জলব্রন্ম, স্বব্রন্ধ ও জীব্রন্ম, ইত্যাকাব জ্ঞানে জগৎকে ব্রন্ধময় দর্শন কবেন। রাজা প্রজা, প্রভু ভৃত্য, পিতা পুত্র, পতি পত্নী, গুকু শিষ্য এবং তুমি আমি প্রভৃতি যদি সকলি ব্রন্ধ; এবং এই ব্রন্ধজ্ঞানে যদি সকলেই আচবণ করেন, তাহা

হইলে যোগীৰ স্থাব স্বন্ধ প্ৰকাৰ যোগাৰেষণেৰ প্ৰযোজন কি গ উক্ত প্রকাব আচবণই প্রক্লত তরজ্ঞান এবং উক্ত প্রকাব আচবণই প্রক্বত যোগমাধন, তাহাব আব সন্দেহ নাই। সকলেই যদি প্ৰস্পৰ উক্ত প্ৰকাৰ অৱত্ৰিম ও স্বভাবদিদ্ধ ব্ৰহ্মজানসম্পন্ন হন, তাহা হইলে জগতে আব পাপেব লেশমাত্র থাকে না, স্বর্গ, মর্দ্ধ্য ও পাপ প্রণ্যবও প্রভেদ থাকে না। উক্ত প্রকাব স্বতঃসিদ্ধ এমজ্ঞানী নহে বলিষাই জগতেব লোকে নিদাকণ দাবিদ্যাহঃখ, বোগ শোক ও মৃত্যুয়ন্ত্রণা পরিভোগ কবিতেছে। স্বতঃসিদ্ধ ব্রহ্ম-खानी नटर वित्यारे लाक नकल পেটেन नार वित्रक হইযা পডিযাতে। তাহাবা অর্থনাভার্থ এবং পোডা উদব পূবণার্থ ব্রহ্মাংশসম্ভূত জীবগণেব প্রতি বিষম অত্যাচাব কবিতেছে। অর্থলাভার্থ তাহানা প্রাণান্ত ক্লেশকর পরি অমেও কতেব নহে। কেহ কেহ ব্যোমবানে শৃগুমার্ণে উখিত হওত প্রাণেব মাষা বিসর্জন দিয়া কেবল ছাতা অবলম্বনপূর্বক উর্দ্ধ হইছে ভূতলে লক্ষ প্রদান কবিতেছে। তাহারা অর্থেব নিমিতে না করিতে পাবে এমন কর্মই নাই। কেবল অর্থ লাভানয়েই লোকে প্রাণান্ত পবিশ্রম ও

যৎপবোনান্তি কট্ট স্বীকার কবিষা রেলপথ ও টেলি-গ্রাফাদিব সৃষ্টি কবিষাছে। পাপপ্রযুক্তই লোকে গৃহাদি নির্মাণ ও কৃষি আদি কষ্টসাধ্য কার্য্যে প্রবৃত্ত হইতেছে। এবং জলে মগ্ন বা অগ্নিতে দগ্ধ হটমা মরিতেছে। কিন্ত মানবগণ যদি স্বতঃসিদ্ধ ব্ৰহ্মজ্ঞানী হইয়৷ অধ্যাত্মহোগশান্ত-বিং হইতেন, ভাষা হইলে ডাঁহাদিগকে কোন কার্য্যেব দ্রন্থ কিছুমাত্র আয়াস স্বীকার কবিতে হইত না। তথন তাঁহাবা সৌভবি মুনির এবং প্রচেতাদেব ক্যায় জলমগ্ন হইয়া চিব্লকাল জলে বাস কবিতে পাবিতেন, প্রহলাদেব ন্তায় বিষ বা অগ্নি হইতে ভীত হইতেন না এবং ধ্রুব প্রভাত মহাপুরুষদেব ক্সায় সিংহাদি হিংস্ক ক্স্ক হইতেও ভ্য পাইতেন না। তখন তাহারা অনায়াসেই বন্ধজ্ঞান প্রভাবে ইচ্ছামাত্রে অন্তরীক্ষে বিচবণ কবিতে পাবিতেন আৰ ধানিযোগে উত্তম উত্তম অট্ৰালিকা ও অতি উপাদেয খাদ্যদ্রব্যাদি প্রস্তুত কবিতেন। ধ্যান দ্বাবা মুহূর্ত্তমাত্রে তাহাবা চতুদশ ভূবনের সকল সংবাদ জানিতে পাবিতেন। অৰ্থ ত তাহাদেব নিকট ছাব পদাৰ্থ।

ৰাহা হউক আমি প্ৰব্ৰন্ধের সেবা ক্ৰিতেছি, এইরূপ

আব সন্দেহ নাই।

সাধু বা বোগী।

ভাবিষা মানবমাত্রেই জীববুন্দের সেবা কবিবেন, ইহাই ঈশ্ববেব জ্বলস্ত আজ্ঞা। পুত্রকন্তাগণ আব কিচুই না কৰিয়া যদি আজীবন গুদ্ধ সত্ত থাকিয়া ঈথৰ ঈশ্বৰী জ্ঞানে ভক্তিপত্তচিত্তে পিতামাতাৰ দেবা ভঞাষা কবেন, তাঁহাদেব চৰণামূত ও উচ্ছিষ্ট শ্ৰদ্ধাৰ সহিত পান ভোজন কৰেন এবং কায়মনোবাক্যে তাঁহাদিগেব পূজা অৰ্চ্চনা কৰেন ও সর্বতোভাবে তাঁছাদিগকে স্থপ্সচ্চন্দে বাথেন, আব তাঁহা-

4

পিতা মাতাও পুত্র কন্তাগণকে পরমান্মার অংশভূত জানিয়া দেখবের দেবা কবিতেছি বলিষা দর্বে প্রবত্নে বিশেষ স্নেহেব সহিত তাহাদিগকে লালন পালন ও জ্ঞান ধর্মে বর্মান করত আজীবন স্থখ স্বচ্ছলে বাখিবাব চেষ্টা কবিবেন। যে সকল পিতা মাতা ব্ৰশ্বজ্ঞানে পুত্ৰ ক্ন্যা গণেৰ লালন পালন কৰেন, তাঁহারাই প্রকৃত ঈশ্বৰ ভক্ত

দিগের আজ্ঞাপালনে তৎপৰ থাকেন, তাহা হইলে তাহাবা

আব পুনর্জন্মলাভ করিয়া ভবকাবাগাবে আবদ্ধ হন না,

তাঁহাবা একেবাবে বিষ্ণুর প্রমপদ প্রাপ্ত হন, তাহাব

নতী সাধনী পতিব্ৰতা পদীগণ ব্ৰশ্বজ্ঞানে কায়মনো-বাক্যে স্বামীনই সেবা কবিবেন। পতিপূজা ভিন্ন তাঁহা-দেব অন্য কোন কাৰ্য্যই নাই। অতএৰ আমাদিগেৰ বঙ্গদেশীয় জজ্ঞান অবলাগণ ৷ তোমবা সাবধান হও.দেখিও বেন তোমরা কোন ক্রমেই তোমাদেব প্রমগুরু প্রত্ত্ব স্বন্ধ পতিব প্রতি তাচ্ছিন্য কবিও না। ভক্তি পূর্ব্বন পতি-পাদোদক ও উচ্চিষ্ট সেবন কবিও। এবং পতিব আজ্ঞ। স্বষ্টান্তঃকবণে প্রতিপালন কবিও। পতিকে সর্ব্বতোভাবে স্থখে রাথিতে পাবিলে তোমবা সতী সাবিত্রী নদুশা হইবা সামী সহ অক্ষয় স্বৰ্গস্থৰ সম্ভোগ করিতে সমর্থা হইবে।

সতী স্বাধ্বী পতিপ্রাণা পতিব্রতা বনিতা পরমা প্রকৃতি দেবীৰ অংশ সন্তুতা। ভাতএব সাক্ষাৎ ঈখৰী জ্ঞানে প্রকৃতিব পূজা কবা পতির অবশ্র কর্ত্তব্য। "দেহি পদ-পল্লবমুদারম্' এই কথা স্বয়ং ভগবান নিজ প্রকৃতিকে বলিয়াছিলেন। যোগীশ্বৰ মহাদেব এক প্রকৃতিকে মন্তকে ধারণ ও আবার আর এক প্রকৃতির পাদপদ্ম বক্ষে কবিষা রক্ষা কবিতেছেন।

বাজাকে প্ৰজাগণ স্বশং ঈশ্ববভাবে ভক্তি ও পূজা কবিবেন। বাজাকে সর্বতোভাবে নিরুদ্বেগে স্থস্বচ্ছনে বাণিবার জন্ত প্রাণপণে যত্ত্বান হওয়া প্রজাগণের পর্ম-বর্ম। বাজাও প্রজাগণকে প্রব্রহ্মের অংশভূত জানিয়। পুত্রবৎ শ্লেহ ও প্রতিপালন কবিবেন। ইহাই রাজাব ধর্ম। কিন্তু হুর্ভাগ্যবশত আমাদিগের ইংবাজবাজ স্কল-স্থান এই ৰাজধৰ্ম প্ৰতিপালন কৰিতেছেন না! তাঁহা-দিগেৰ শাসন দোৰে বাজ্য মধ্যে দিন দিন দবিভ প্ৰজাব দংখাা রন্ধি হইতেছে। পাপেব স্লোভ প্রবৃদ্ধেগ প্রবাহিত হইতেছে। মদ, মোকদ্দমা ও বেখা এবং বোগ শোক দেশটাকে একেবাবে উচ্ছিন্ন দিতে বসিয়াছে। কোন বেওয়ারিষ প্রজা প্রাণত্যাগ কবিলে ইংরাজবাজ তাহাব ত্যক্ত ধনাদি রাজভাণ্ডারে পুরিয়া ফেলেন, কিন্তু দীনহীন লক্ষ লক্ষ অক্ষম প্ৰজাও অনাথ বালক বালিকা এবং স্ত্রীলোকাদি বে অন্ন বিনা মবিদা যাইতেছে, আমা-দিগের গবর্ণমেন্ট তৎপ্রতি আদৌ দৃষ্টিপাত কবেন না।

রাজাই ধর্মবক্ষক এবং তিনিই যোগীগণের যোগক্ষেম বহন কবিশা থাকেন, কিন্তু আমাদিগের ইংরাজরাজ যোগীগণেব যোগক্ষেম বহন করা দুরে থাক্, বাণিজ্যোপজীবি হইযা প্রজাব অনিষ্ট সাধন কবিতেছেন। বাণিজ্যজীবি ইংবাজবাজ বিচাব পর্যান্ত 'বিক্রী কবিতেছেন,
স্তবাং বাদা প্রতিবাদীর মধ্যে বিনি ধনী, তিনিই জ্বী
হইবেন, তাহাতে আব সন্দেহ কি আছে ? আবাব ইংবাজবাজ প্রকাবান্তরে মদ ও অহিকেশেব ব্যবদায় করিয়া
প্রজাগণকে নিঃম্ব ও উচ্ছির কবিশা তুলিতেছেন।

ধার্মিক বাজাব বাজতেই বোগীব যোগসাধন কবিবাব বাবণ শাস্ত্রে আজ্ঞা আছে, কিন্তু ইংবেজ বাজ্যে যোগীব প্রচান্ধবণে যোগসাধন হওয়া ছন্ধব, কেননা এই বাজ্যে গবিত্র ভক্ষা পাওয়া ভাব হইয়া উঠিয়াছে। সকলই যেন স্লেচ্ছমব! এমন পবিত্র ন্বতে চর্বির, লবণ ও চিনিতে গোহাডচুর্ণ! অতএব বোগাভিলাষী জনগণ। তোমবা এই সন্ধট সমবে আপনাদেব মনকে পবিত্র বাখিবাব জন্য প্রাণপণে বত্নবান্ হও, আব ভগবানেব নাম সাধন করিয়া সিদ্ধ হও। কলিব হুর্বল জীবেব পক্ষে এই মেচ্ছবাজ্যে হরিনাম সাধন ভিন্ন পবিণামে অস্তু গতি নাই।

দাস প্রভুকে ঈশরজ্ঞানে ভক্তিপূর্বক দেবা কবিবে

এবং প্রভূও ভূত্যকে পবব্রদ্ধের অংশস্বরূপ জানিবা শ্রদ্ধার সহিত প্রতিপালন কবিবেন। ইহাই ঈশ্ববের অভিপ্রেত কার্য্য। এইরূপ কাষ্য কবিলে প্রাভূ ভূত্য উভযেই মুক্তি লাভে সমর্থ হইতে পাবেন।

শিষ্য ওকৰে মৃত্তিমান্ ঈশ্বৰ এবং ভৰসাগৰ পাৰেব কাণ্ডাৰী জ্ঞান কৰিব। কাষমনোবাক্যে ভক্তিৰ সহিত তাঁহাৰ চৰণামৃত ও ভোজনাবশিষ্ট পান ও ভক্ষণ কৰিবে। আৰ গুক্ত শিষ্যকে পৰমান্ত্ৰাৰ অংশবোৰে বিশেষ শ্ৰদ্ধাৰ সহিত নি স্বাৰ্থভাৰে ভাহাৰ ইছকাল ও পৰকালেৰ মঙ্গল চিন্তা কৰিবেন।

চক্বিল্লিযেব দাবা মনেক সমযে মন কলুষিত ছইযা গাকে, তজ্জন্য সাধুগণ এই ইক্লিয়েব দমনেই বিশেষ যত্ন বান্ হন। আনেক সাধু জীলোকেব মুখ পর্যান্ত দশন কবেন না। চৈতন্য মহাপ্রভু জীদর্শন বা বিষভক্ষণ উভয়ই সমান বলিমা উল্লেখ কবিষাছেন। যাহা হউক, যোগীব পক্ষে লোভ ও বাসনাবিহীন হইষা নিঃস্বার্থভাবে প্রনিন্দা ও প্রচর্চ্চা পবিত্যাগ পূর্ব্বক সংসাব্যাত্রা নির্ব্বাহ কবা কর্ত্ব্য। হে সাধক! তুমি ভোমার স্বভাব চবিত্র ও অস্তঃ

কবণ দৰ্বক্ষণ পৰিত্ৰ বাথিতে চেষ্টা কবিও। তোমাব প্ৰতি
অপব লোকে অসদ্যবহাৰ কবিলে তুমি তৎপবিশোধে
তাহাৰ প্ৰতি সং ব্যবহাৰই কবিৰে। ভ্ৰমেও কাহাৰ প্ৰতি
হিংদা দ্বেৰ বা মিথ্যা প্ৰবঞ্চনা কবিও না। সং বা অসং
পাপ বা পুণ্য বেমন কৰ্ম্ম কবিৰে, সেইৰূপই ফল প্ৰাপ্ত
হবৈ। তুমি বাহাৰ প্ৰতি বেৰূপ ব্যবহাৰ কবিৰে, তাহা
স্বৰ্ষভ্তমৰ ভগবানের প্ৰতি কবিভেছ, এইটা স্ক্ৰান মনে
বাথিবে এবং তোমাৰ সকল কৰ্ম্ম ও চিস্তা সেই চিন্তামণি
স্বৰ্ষকণই জানিতেছেন, ইহাও কথন বিশ্বহণ হইও না।
আৰ নিৰত তোমাৰ মনকে হবিপাদ-প্ৰত্ৰেৰ আশ্ৰিত
কবিয়া বাথিবে।

ষোড়শ অধ্যায়।

তপস্থা ও দাধন চতুষ্ট্য।

বেদাধ্যবন, বজ্ঞ, দান, তপশ্রা এবং অনশন ব্রতা-চবণাদি দ্বাবা ব্রাহ্মণগণ ব্রহ্মচর্য্য কবিষা থাকেন। ব্রাহ্মণেব যদি ব্রাহ্মণোচিত গুণসমূহ না থাকে, তাহা হইলে তিনি শুদ্র মধ্যে গণ্য হরেন। আব শুদ্র যদি ব্রাহ্মণবৎ গুণসম্পন্ন হন, তাহা হইলে তিনিও ব্রাহ্মণের স্থাষ বেদা-ধ্যন্ননাদি করিতে পারেন, ইহাব বহুতব প্রমাণ হিন্দুপাল্লে প্রাপ্ত হওয়া যায়।

তপস্থা দ্বারা পাপ বিনষ্ট হইলে সাধক দেবছ প্রাপ্ত হইরা থাকেন। তপস্থা অনেক প্রকাব,—তন্মধ্যে কলিব জীবেব কঠোব তপস্থাবলম্বন কবা অতীব হন্ধর। একণে সত্যত্রত, নির্মিত অনশন, ইব্রিয় নিগ্রহ, ত্রহ্মচর্য্য এবং আমিছ ত্যাগ প্রভৃতি তপস্থাচাবই বা করন্ধন কবিতে পাবেন ? এ সকল অতি কঠিন কার্য্য বলিয়া কি প্রকৃত মত্ব্য এ সকল কার্য্যে নিরস্ত থাকিতে পাবেন ? যাহারা অলস সভাব পশু, তাহাবাই মন্ত্ব্য জীবনের মূল্য বুঝিতে না পারিয়া এই সকল কার্য্যে উপেক্ষা পূর্বক সাংসাবিক অলীক স্থথভোগে প্রমন্ত হইয়া থাকে এবং পরিণামে তাহারা তাহাদের পশু অস্তু ত্যাগ করিয়া পুনঃ পুনঃ ইতব যোনিতে জন্ম ও মরণরূপ অনন্ত নরক-বন্ত্রণা ভোগ করিতে থাকে। কিন্তু জ্ঞানবান এবং বিবেক বৈবাগ্যযুক্ত সচেতন মহুষ্য কথনই পশুবৎ অলস ও নিশ্চিন্ত থাকিতে পাবেন না। তাহারা সাধ্যামুসাবে সাধ্য ও তপভামুদ্রান কবিয়া ব্রহ্মকে লাভ কবেন বা স্বয়ংই ব্রহ্মস্বরূপ হইমা উঠেন।

নিত্যানিত্য বস্তু বিচার, ইহকাল ও পরকালে ফলভোগ বিবাগ, শমদমাদি সাধন এবং মুমুক্ষ্ম, এই চারি প্রকাব সাধনকে সাধন চভূষ্টম বলা যায়। কেবল ব্রহ্মই নিত্য, তদ্যতীত যাবতীয় পদার্থ জনিত্য, এইকপ জ্ঞানকে নিত্যা-নিত্য বস্তু বিচাব বলে। আব প্রক্ চন্দনাদি ঐহিক বিষয় ভোগেব প্রায় পারত্রিক স্বর্গভোগও জচিবস্থায়ী, স্মৃতবাং উক্ত উভয়বিধ ফলভোগ স্পৃহা পবিত্যাগ করা শ্রেমন্তর; এইকপ বৃদ্ধিকে ইহকাল ও প্রকালে ফলডোগ বিবাগ বলা যায়।

শান, দম, উপবতি, তিতিকা, সমাধান এবং শ্রদ্ধা ইহাদিগেন নাম শমদমাদি সাধন। ঈধৰ বিষয় শ্রবণ মনন ও নিদিধাসন ভিন্ন অন্ত বিষয় হৈছে অন্তবিদ্রিথকে নিগ্রহ কবাৰ নাম শম। অদিতীয় এক বিষয়ক অবি বোধী জ্ঞানপ্রবাহকে নিদিধ্যাসন বলা যাব। বিষয় হইতে ইদ্রিয় দমনেৰ নাম দম এবং বিহিত কার্য্য পবিত্যাগেব নাম উপবতি। শীত গ্রীম্মাদি সহিষ্ণুতাকে তিতিকা বলে। আব ঈশ্ববৈতে একাগ্রতাই সমাধান কহা যায়। গুক্বাক্য এবং শাস্ত বিশ্বাসেৰ নাম শ্রদ্ধা ও যোক্ষ বাহাকে মৃমুক্ষুত্ব বলে।

যোগীব যোগসিদ্ধি পক্ষে চাবি প্রকাব বাধা উপস্থিত হয়, যথা—লয়, বিক্ষেপ, করায় এবং বসাস্থাদন। ব্রহ্ম-বিষয়ক চিন্তাকে একাগ্রভাবে অবলম্বন কবিতে অসমর্থ ভইয়া অন্তঃকবণ, দ্বৃত্তিব নিদ্রাব নাম লয়। ব্রহ্মকে অব-লম্বন কবিতে অপাবগ হইয়া অন্তঃকবণ বৃত্তিব বিষ্যাস্থিব জ্বলম্বনকৈ প্রকাব ভেদে বিক্ষেপ ও ক্ষায় এবং বসাস্থাদন কহে। যোগদাধন সম্বন্ধে এই চতুর্ব্বিধ বিদ্ন বাহাতে উপ-স্থিত না হয়, তৎপক্ষে সর্ব্বদা সম্ভর্ক থাকা কর্ত্তব্য।

কপ, রস, শব্দ, গন্ধ ও স্পর্শ এই পাঁচটীকে বিষয় বলে। যে যোগী এই বিষয় সকল হইতে বিশেষরূপে সাবধান হইতে পাবেন, তিনিই যোগী শ্রেষ্ঠ। সচরাচ্ব দেখা যায, কপে আরুষ্ট হইয়া পতঙ্গ , শব্দে কুবন্ধ ; গদ্ধে ভূন্ধ , স্পর্শে মাতঙ্গ এবং বসে মীনগণ নিহত হইয়া থাকে। এক একটা বিষয় ও এক একটী ইন্দ্রিয় সেবা দ্বাবা যথন জীবগণের জীবন নাশ হয়, তথম যাহাবা একেবাবে বহুবিবয় ও বচ্ ইন্দ্রিয় সেবা কবে, তখন তাহাদের পরিণাম যে কি ভযানক হইবে, তাহা কে বলিতে পাৰে? দেখ, পডঙ্গ অনলের উত্তলব্ধপে মুগ্ধ হইয়া তাহাতে ঝম্প প্রদান পূর্ব্বক প্রাণত্যাগ কবিযা থাকে। চক্ষুবিদ্রিষেব ভৃপ্তি সাধন কবিতে গিয়াই পতঞ্চ নষ্ট হইবা বাব। কুবক ব্যাধেব স্থমধুর বংশীশবে বিমোহিত হওত দেই নিযাদ সমীপে উপস্থিত হইয়া তাহাব শ্রাঘাতে সংহাব হয় ় কর্ণেক্রিয়ের তৃপ্তি সাধনে প্রবৃত্ত হইষা মুগগণ জীবনত্যাগ কবিষা থাকে। কমল পৰিমলেৰ মনোছৰ গৱে আৰুষ্ট হইয়া

ভঙ্গ প্ৰমৰ্পানে মত্ত হওত প্ৰা মধ্যেই আবদ্ধ হইয়া পঞ্জ প্রাপ্ত হয়, দ্রাণেজ্রিয়ের সেবার্থ মধুকবর্গণ নিহত হইতেছে। মীনগণ স্বলোভে বঁসনেঞ্জিয়েব ভৃপ্তিসাধন কবিতে গিয়া বভিমে বিদ্ধ হইষা প্রাণত্যাগ কবিষা থাকে। আব মাতঙ্গ-গুণ স্পূৰ্শ সুখাশ্যে কবিণী সহ সঙ্গত হইয়া শিকাবীগণ কর্ত্তক ধৃত হইতেছে। অতএব জ্ঞানবান সাধু সকল এই সকল বিষয় পর্যালোচনা কবিয়া বিষয় এবং ইন্দ্রিয সেবা পবিত্যাগ পূর্ব্বক অন্তঃকবণেব সহিত সকল ইন্দ্রিবেব ছারা কেবল ভগবানেবই সেবা কবিবেন।

গ্রন্থকাবেব শেষকথা এই, যোগসাধনে অভিলাষী বা বোগে বত দাধুব্যক্তি, কথনই প্ৰনিন্দা ও প্ৰকে পীড়া প্রদান কবিবেন না, কেননা নিন্দক ব্যক্তিব স্থায় পাপী ও ত্রভাগ্য জীব জগতে আব নাই। নিন্দক সম্বন্ধে মহাস্মা কবিব কি বলেন, তাহা শুরুন-

"নিন্দক বেচাবা মৰগিষা কবিবা বৈঠকে বোয়। পাপ স্ফা ক্বতা ধুবি ঘ্যায্সা ম্যলা ধোষ।।" যাহা হউক সর্বনা আত্মপবীক্ষা কবা যোগীৰ অবশ্য কর্ত্তবা। ভিনি কোন মতেই ক্লণমাত্র সম্য অপব্যয়

কবিবেন না। সতত ঈশবাভিপ্রেত কার্য্যসাধনে এবং ঈশব চিন্তনেই নিযুক্ত থাকিবেন। এবং অভ্যাস দাবা যত পারেন, তত পরিমাণে নিজা পুবিত্যাগ কবিবেন। আর ক্রমে ক্রমে পাপস্থভাব ও ইন্দ্রিব দমন পুর্বাক সাধনবলে মনকে বশীভূত কবত ধর্মপথে অগ্রসব হইতে থাকিবেন।

> 4-80 20,000 amai 12/2/07